

EN  
NIS  
VICE



1250-

amp-

#13735  
C. 1472

over



YALE MEDICAL LIBRARY

Bequest of 1939

Club 828.2

BM 11-447

Not in Census

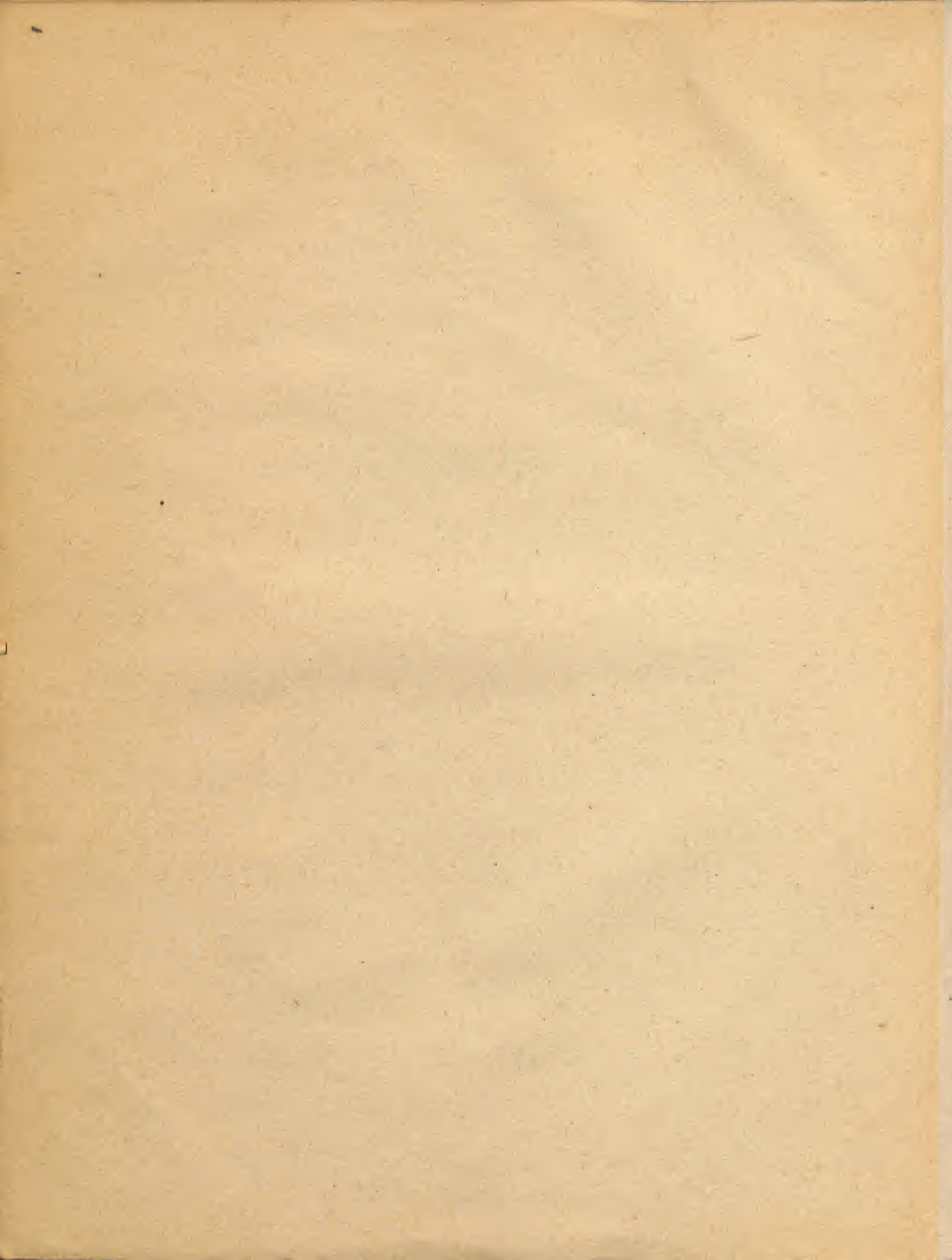
BM Only other copy  
definitely located

Hain 13735  
Not in Census

Incurabula  
Pyrenon















Regimen Sanitatis germanica

Hannberg Crenson

ca 1472

Ed princeps



Incunabula  
+R-46  
(Goff)



**D**ie nach volgt ein nützlich buch das ein hochgelerter  
bewerter doctor in der ertzney in besunder lieb vnd ge  
bedchnuß einē mechtigē herrn vnd seiner frawē weyt  
gesucht vnd zu sammē gelesen hat auß den bewerten meys  
tern der natur vnd der ertzneye. Als Aristotiles Auicenna  
Allmansor Auerzois Ypocras Ruffus vnd Galienus sem  
gewest. Vnd ditz buch mag man nēnē vnd heysen Regimē  
Sanitatis zu teütsch das buch von der ordnūg der gesuntheit  
Vnd ist geteylt in drey teyl vnd ytlich teyl was der in helt  
weysen Sem capitel dye her nach volgent Seliglich.

**Das erste teyl ditz buchs**

**Das erst capitel** sagt wie Aristotiles schreibt zu dem kunig  
Allexandro von der ordnūg der fursten vnd weye er sich vnd  
em ytlich mensch halten sol In den vier zeyten des iars. In  
dem Lentzen In dem Sumer In dem Herbst In dem Winter. i.

**Das ander capitel** sagt Von den zwelff monatten vnd wie  
man sich in ytlichem halten sol myt essen trincken vnd ader  
laß mit baden vnd anderin das zu der gesuntheit gehört. 2.

**Ypocras**

**Das dritte capitel** sagt wauon der mensch geschaffen sey vñ  
war vmb ein ytlichs mensch besuß varb gestalt vñ siten hab. 4.

**Aristotiles**

**Das vierdt capitel** sagt Von den vier splexn von dem sagwi  
neo von dem melancolico von dē colerico von dem fleumatico. 4.

**Das ander teyl ditz buchs**

**Das erst capitel** sagt vñ der ordnūg der gesuntheit Wie man  
sich vor dem essen halten sol vnd wie der mensch essen sol. 6. A.



Zu merckē Wie ein ytlich mensch seyn cōplexē erkennen sol  
Wie ein ytlichen Speys sol sem. Er sey Saguineus Melā  
colicus Colericus oder Fleumaticus. 8  
Wie der mensch essen sol in dem Summer vnd in dem Herbst  
Wie der mensch essen sol in dem Wintter vnd in dem Lentzen  
Von der Nature eyner ytlichen speyse Sy sey. feucht oder  
kalt trucken feyst oder geestigt Sawr oder bitter. 8  
Wie man sich halten sol so man des morgens auf stet 9  
Was man zu dē erstē essen sol Auicēna lere wie man essen sol 10

Auicēna vnd Allmansor schreiben von dem getranck wie es  
der mensch geprauchen soll. 11  
Zu dem ersten von dem wasser 11 Ein lere fur den durst 11  
Von dem wein wie du wein In dem winter trincken solt. 11  
Item Das man mit zu vil trincken soll 11  
Von vnmeslichkeit des weins. Von schaden der trunckenheit 11

Saguineus Colericus Fleumaticus Melancolicus  
Wie der ytlicher gefitt ist So er truncken ist 12  
So der wein schad vnd verpoten ist 12 Item von dem most 12  
Ruffus vnd Auerrois die meyster schreyben von dem wein 12  
Auicenna was der spricht von dem Roten wein 12  
Von der tugent des weins Item von ordenlichem trincken 13

### Das ander capitel sagt von ordnūg des schlafs

Auicenna vnd Allmansor schreiben von dem nutz des schlafs 13  
Das man nicht zu vil schlaffen sol Vñ nicht zu vil wachē 13  
Item zu welcher zeijt man schlaffen soll 13  
Item das man des tags mit schlaffen soll 13  
Auff welche seyten man sich legen sol so man schlaffen wil 18  
Item das man auff dem rucke mit schlaffen soll 18



**Dz dritte capitel sagt wie mā dē lēchnā reingē sol**

- Von laxiren sagt Auicenna wen das geschehen sol** 12  
**Von den badn wen man baden sol** 12. 14.  
**Item Von der zeyt des badens** 14  
**Wie man sich vor dem bad halten sol** 14  
**Wer gern feyst wer wen der baden sol** 14  
**Von dem nüchtern baden war zu das nütz sey** 14  
**Das man nicht zn heys sol baden** 14  
**Das man in dem bad nicht trincken sol** 14  
**Wie man sich nach dem bad halten sol** 14  
**Wan man nach dem bad essen sol** 16  
**Das man sich nach dem bad warm halten sol** 16  
**Wie mā sich in dē bad mit warmē vñ kaltē wasser baltn sol** 16  
**Ein gemeine kurzze lere von dem bade** 16  
**Item Von dem wasser bade das in dē wannen geschycht.** 16  
**Wie man sich nach dem bad halten sol** 16  
**Von dem schlaf nach dem bad** 18  
**Was ördenlich baden der natur nutz bringt** 18  
**Von den vngeordneten baden was si schaden prynge** 18

**Das vierdt capitel sagt von dem ader lassen**

- Item Von den stunden des aderlassen. Von der erste stund** 18  
**Von d zeyt des ad lassens Vñ der andern stund des lassens** 18  
**So lassen verboten ist** 18 **Wer mit lassen sol** 18  
**Item Welche ader man lassen sol** 18  
**Item Wan man soll auf hōzn** 18 **wer mit ader lassen sol** 18  
**Item Ein gute lere so du böß blut hast** 18  
**Das man offft vñ wenig lassen sol** 18  
**wie man sich nach dem lassen halten sol** 18  
**Item Von dem tag so dw lassen wilt wie der sein solt** 19



Item Von dem laß eyßen wie es sein sol 19  
Von dem lentzen vnd Summer 19 Wen man auff horen sol 19  
waß schadens do von kumpt so man das lassen vber get 19  
wie man zu einer ytlicheß abern einem ytlichen teyle des ley-  
chnamß für ein ytlichen Sichtum lassen soll 19  
Wie man das blut vrtellen soll So du lest 22

Das funft capitel sagt von dem wullen oder prechen  
Item Von der gesuntheit des wullenß 22  
Item wen das prechen oder wullen gut sey 22  
Auicenna Vnd Allmansor sprechen von seiner tugent 22  
Ein gutte lere für das vndewen oder wullen 23  
Wie man sich dar mit halten soll 23  
Wie man sich dar nach halten soll 23

Das sechst capitel sagt von dem Cristiren  
Von dem luft wie der sein sol das er gesunt sey de menschen 23  
Von dem bösen luft war von er vergifft werd 23  
Wie man sich In dem bössen luft halten sol 23

### Das dritte teyl des Buchs

Das erst capi. sagt Von de siechtagē Epidimia ad pestilēz  
waß man zu der zeyt der pestilentz fliechen sol 24  
Das ander capitel sagt Von etlichen ertzneyen der man pfe-  
gen soll ob man mit gottes hilf vor de gebrechē sich wöl sem 24  
24 Oy erst sem pillule Oy.ij. Triackerß vñ wē mā de nemiē sol 26  
Die.ij. ist bolus armen⁹ vñ tra sigillata sagt Rasl vñ galie⁹  
Dise ertzey sind in der Appotecken alle wol bekant 26

Das dritte capitel sagt von de ader lassen für die pestilentz 26  
So man gelassen hat waß man dar nach thun vñ messen soll 28



**I**Ob. der heilig weyffag. der | schreybt vnd spricht Herre du  
hast gesetzt ein ende dē leben der mensche | das nymant vber  
gen mag Vnd zu dem selben ende. das got also einem ytliche  
gesetzt hat kumen vil menschen nicht | vnd sterben | ee. das ir  
ende kumbt. Das sind vierlai hand menschen | die got nymbt  
auf disem leben. vor irem ende. Als der weyße Salomon sprich-  
t. in dem buch der weyßhait | Raptus est iustus &c | Das ist  
gesprochen | der gerecht wirt geczuckt. auß disem leben | vor  
seinem ende. das er von der boßheit | der sund | zu dē bösen | mit  
verkeret werde. Vnd das czucken | auß disem leben | geschicht  
von besundern genaden. vnd fürsichtikait gottes. Die andern  
menschen | die zu irem rechten ende | mit kumen | sind die frauē  
sund dē | den von ir funde wegen | ir leben | von got wirt abge-  
prochen. Vnd von den schreybet. der heylig David | in dem  
psalter | vnd spricht. Viri sanguinum & dolosi &c. Das ist ge-  
sprochen. die menschen des bluts | das ist der sunden vnd der  
boßheit bringē ir tag. nicht zu halbem ennd. vnd das ist die  
vrsach | das vil mensche iung sterben. Darumb wilt du lang  
leben. so leb in gottes forcht. wan wer gotforchtich ist. als  
der weyße Salomon spricht. Timor domini est fons &c. Das  
ist gesprochen. gottes forcht | ist ein lebendiger prun. gottes  
forcht. gibt langē leben | dem wirt gebē ein lebendiger prun  
der genaden gottes. vnd ein leben auf erden | Die dritte mē-  
schen. die zu iren rechtē ende mit kumē sind. die von geschicht  
In wasser feur | oder streyt schaden nemen | Die vierden men-  
schen die zu irem rechten ende mit kumen. sind die. die da vnor-  
denlichen leben | mit essen. trincken. vnd mit vnkeußch | von den  
spricht Galien. das vil mer mensche sterben | von vnozdniß  
irs lebens. den rechts todts Vnd wer also stirbt. das ist grosse  
sund wan er ist schuldig an im selber | darumb wilt du lang le-  
ben | so bis messig. vnd halt dich ordenlichen | als du hernach  
geschribē findest | in disem buch | wolgest du diser lere | so magst



du lang lebē| Lebſt du aber vnorbenlich vnd wolgeſt. mit der  
lere. Das iſt ſach| das du iung ſtirbeſt. vnd kumpſt nicht zu  
deinem rechten ende| Der menſchen leben iſt gleych emer ker  
tze| die angetzüdet iſt. prynnet die on widerwertigkeit| Vñ. laſt  
man ſi ſelber prynnen biß an das ende. das ſi ſelber erliſcht. ſo  
erliſcht ſi on allē vbeln geſchmack. oder rawch| Leſchet man ſi  
aber freuenlich| vor der rechten zeyt. des endes. ſo kumbt da  
von| ein böſer geſchmack. Deß gleichen iſt auch mit dē men  
ſchen| Lebt er ordenlichen in meſſigkeit| ſo prynnet er inwen  
dig auß| als ein kercz. vnd erliſcht. das iſt er ſtirbt ſenfftigli  
chen| on groſſen ſchmerzen. Lebt er aber vnorbenlichen. ſo  
ſtirbt er| ee| des rechten endes. vnd ſo muß er von not wegen  
hertigliche ſterben. Also haſt du die vrsach. warumb ein mē  
ſch ſenfft ſtirbet. dan der ander. Der menſchen leben iſt kurtz  
vñ hat mancherlei widerwertigkeit vñ ſiechtūb. Darumb hat  
got. wider alle widerwertigkeit dem menſchen geben| vnd ge  
laſſen zu ſteur| mancherley hilf mit krafft der kreuter. vñ lere  
der meyster. die on zweyfel all ir krafft. vnd kunſt von got ha  
ben. als der weyſe Salomō ſpricht. Omnis ſapientia a domino  
deo eſt & cum illo. Das iſt geſprochen alle weyßheit iſt von  
got dem herrn| vnd iſt ewiglich bey im gewieſſen mit der| der  
menſch| wider alle widerwertigkeit| der natur| ſich mag bewa  
ren. das er ſeliglich kum̃ zu ſinem rechtē end. Des helf vns  
got. Die nachgeſchriben lere. die man. heuſſen mag vnd nen  
nen Regimē ſanitatis zu teütsch das Buch von| der ordnūg  
der geſuntheit. Das iſt geteylt. in drey teyl| als man her  
nach eygentlichen geſchriben findet. Das erſt teyl ſagt von  
den vierteylen des Jarszē. Das ander teyl ſagt wie ſich der  
menſch mit eſſen trincken zē halte ſol. Der dritte teyl ſagt vō  
der peſtilentz Das iſt ſo die menſchen an den druſen zē



In dē namē d̄ heilige vnteylbern d̄uualtikeit seligliche am

**A**ristotiles Schreybet zu dem künig Alexander  
in dem buch Von der ordnung der fürsten also  
alexander wilt du gesund sem|so solt du merckē  
was ich dir sagen wil|vnd hüt dich mit allem  
fleyß|deins leibs.das du die naturlich hitz|vnd  
die feuchtikeit mit verliefest.vñ wer|d̄z|nach der lere Aristotiles  
wolpingen wil|der muß wissen die natur der zeyt im iar  
vnd wie er in ytlicher zeyt|leben full.Darumb sagt.dise lere  
zu dem ersten|von den viertelen des iars.von dem lentzen.dē  
Sumer dem herbst.vnd von dem wintter Vnd auch von den  
zwelf Monettñ|vnd vñ den vier cōplexion|das ein ytlicher  
mensch sem lebē.darnach kund ordimern.D̄z ander teil sagt  
wie sich der mensch mit essen vnd trincken.schlaffen|vnd wa-  
chen.ader lassen.vnd ertzeyen halten full.Das dritt teyl.  
sagt von der pestilencz|das ist.so die mensche anden d̄üssen  
oder plattern sere sterben.

Von dem lenntzen

Vier zeyt·find in dem iare.die du merckē solt.Die erst ist der  
lenntz·der hebt sich an |an sant petters tag vor vassnacht.vñ  
endet sich an sant Vrbans tag.Die selb zeyt list heiß vnd  
feucht.von natur.vnd gleychet sich dem lufft.in der selben  
zeyt·wechst das blut.das auch feucht.vnd heys ist.das ist  
gut.in diser zeyt.das feucht.vnd heys ist.huner.vnd lamb  
fleisch.vnd gutter wein.vnd eyr.die sind gesund.fund in di-  
ser zeyt durch das gantz iar.ist nicht besser ertzeyne vñ ader  
lassen.den dise zeyt.wen si bringet alles das wider.das durch  
das gantz iar verschwunden ist.

Von dem Sumer

Die ander zeyt des iars.Ist der sumer.der ist heis vnd auch  
truckē.zu d̄ selbē zeyt wechs die Colera.das ist ein schwarz



blut vnd geleychet sich dem feur|das auch heis vnd drucke  
ist Vnd der Colericus soll sich hüten|woz alle dē das trucken  
ist wan das ist im dan schedlich|was kalt vñ feucht ist das  
ist gut in diser zeyt|wō aller hant ertzneye vnd woz lassen sol  
man sich hüten|bey namen in den Augsten. Man soll selten  
baden vnd soll sich sere hüten|woz vbring essen vnd trincken  
vn dy zeit hebt sich an. An sant Urbans tag|vnd weret biß  
Bartholomei.

#### Von dem Herbst

Die drit zeyt ist der Herbst. Der ist kalt vnd trucken da we  
chst in|ein feuchtikeit die heist Melancolia die ist auch kalt  
vnd trucken|vnd geleychet sich der erden zu der selben zeyt.  
soll man gutten wem trincken vnd gutte kost essen die da heis  
ser natur sey wenig soll man zu ader lassen sawre tranck soll  
man mit trincken wer gesund wil sem|der soll in dem Herbst  
mit mer|dan ein mal|des tags essen Vnd die zeyt hebt sich an  
An sant Bartholomeus tag|vnd weret biß zc

#### Von dem winter

Die vierd zeyt Ist der winter der ist kalt vnd feucht|vnd  
geleychet sich dem wasser|vnd wechst die feuchtikeit|dar in  
In dem menschen die da heist fleuma in der zeyt sind heisse  
vnd truckne dng gut. Vnd alles das gepfeffert ist|vnd ge  
wurtzt|das ist gut. So mag man mer essen|dan in dē Sumer  
vnd auch trincken|der magen ist dann aller heissist|vnd dye  
bewung aller best. So sind die vogel vnd wiltpret zeyttig.  
Ist sem dan not so mag man trincken vnd ertzneye nemē vnd  
zu der aderlasen|dem des lassens not ist. Vnd die zeyt hebt  
sich. An sant Clemētē tag vñ weret biß an sant Peters tag

#### Von dē zwelf Monattē

Der aler weyßist meyster Ypocras Der gab dise lere von dē  
zwelf Monettē. In einem land da er inne was. Nu hat si ein  
meyster also geschriben das man sich in allen landen|wol dar



nach mag richten | Wye man sich in ytlichem Monat soll halten. Das man sich vor siechtum bebotten kunne. Vnd gesuntheit gewynne des leybes.

### Von dem Jenner

In dem Monat Januario der Mon heißet Jar monet In dem soll man nüchter trincken | ein trunck | guts weins. Da soll mit zu ader lassen. es sey dan not. so laß man ein wenig an der haubt ader Sawze tranck. soll man mit nemen. Man soll mittel speyß essen. die weber zu heysß | noch zu kalt sey. Man soll selten baden. ymber. poley | yfop. vnd fenchel mit wem getemperiret | vnd das genossen | das ist gut. In diser zeyt. Vn reimget die brust. Negelein | zitwer | galgē. vñ ingber. die sind gemalen gut | in dem wem | oder on wem | genutzet. das ist gut zu diser zeyt.

### Von dem Hornung

In dem Hornung | soll man zu ader lassen | vñ tranck nemen wen es not ist. Vnd wem ist gut getruncken | offft soll man badē | in schweyß baden | vor mett | vnd pier | soll mā sich huten. das man des nicht zu vil trinck | wen si sind vngesund In disem monet | wem ist gesund in dē monet. vnd bequemlich zu trincken. Sawze kost | ist den gesund. bong solt d'w nütze | wamit du wilt. wen es reimget die prust vñ dy plasen

### Von dem Oertzen

In dem Oertzen monat. soll man nicht | zu ader lassen. noch tranck nemen. in dem Oertzen. soll man Retich essen. vñ in Schweiß badē | sol mā offft badē. durch 8 hiren feucht willē soll man messiglich trinckē | wem ist gesund. ingber | ist gut zu essen. vñ gesund. Dem träck | soll sem gemischt mit rawtten | lübstuckel. Salua pfeffer. vnd ingber in dem Oertze so bleybest du frisch vnd gesund.

### Von dem Apprillen

In dem Apprillen | soll man lassen zu ader n. welchen enden

Regule subscipte de mensibz  
subscipte intelligende, de  
veris mensis lunationibz  
et no de mensibz casualibz  
ut aliq opponatur qd aliq  
dicitur oportet qd qd sunt  
uande qd mensis casualibz  
i dictis illud est verius  
in mensis hinc p'prie  
dissimulatis d' mensibz

Balme sudorale  
quod tenet



es dem leib not ist da solt du lassen. allem an der lung adern  
die soll nyemant lassen ruren. der memes rates volgen will  
wer es daruber thut | der wirt des gewar | das es im mit wol  
kumpt Von der Medianen soll man lassen | dz ist in disem  
Monet vil nutzlich | vn̄ bequemlich | badē | soll man offt ge  
pratten fleisch soll man gern essen. in dem Appzillen | aller  
ley hand iunges fleisch ist gesund | on allem inunge Swem  
lem. Sawre getranck. vnd firmmüg soll man nemen. vnd ert  
zneyen | soll man pflegen dem sem not ist. zu der zeyt be  
kumpt si wol. Man soll vil messiglich trincken. Man soll  
schreppffen. vnd mit kopffen lassen. wider das kratzen. wen  
des mensche blut wechset in diser zeyt. Rawtñ | vn̄ venschel  
samen | patomen | vnd bibenel mit honig getemperiret oder  
mit wem gesotten. soll man nüchter messen durch dē magē  
vnd durch den leyb allen. wen das ist gar nutz. vn̄ gar heil  
sam zu der zeyt.

#### Von dem Meyen

In dem Meyen soll man lassen zu adern. an welche enden  
Es not ist. an dem leyb. Es ist aller meyst nutz. das man  
laß an den peynen. durch das. Das sich das blut. sencket  
zu tal. in der zeyt vnd sammet sich in die pem. Man sol sich  
auch sere hütten vor bossem fleysch. vnd vor bosen fischen.  
Man soll mit vil weyns trincken. Man soll zu rechter zeyt  
essen. Aller schlacht bade ist dem leyb gut. vnd besunder  
wurtz bade. Man soll mit zurnen wann dauon wirt dye vrr  
gicht. Man soll nemen lautterñ wein vnd geys milich. vnd  
soll das hawbt da mit bestreichē | vnd die prust. dz ist gar  
gesund. Sawre tranck. soll man nemen. vn̄ ertzney pflegē  
der ir bedarff. zigen milich ist dan̄ gesund heilsam. vnd be  
quemlich zu nutzen. vnd nüchtern zu trinckē wermut. oder  
meme garwe. patomē. bibenel venschel. lubstuckel poley. vn̄  
ysop. diesoll man nutzen. das ist gut. das man die sied. vnd



trincke. An der hawbt aber solt du lassen | so ringet sich das hawbt. vñ das blut. des nachts soll man wol gedeckt sein vñd warm geben dem herten.

#### Von dem Brachmonat

In dem Junio das ist der Brachmonat. mag man wol zu ader lassen. wen sein dan not ist. Man mag auch In diesem monat wol ertzney pflegen. die dan | den leuten. Vñd dem vich gar nutz ist vñd ist gut. das man vor den augsten. dem leyb helff Man soll sich hütten das man keyn milch esse | si sey dan gar gut vñd wol gesotten. keß soll man in der zeyt wenig essen. wen er ist vngefund In diesem Monat soll mā sich hütten vor neuem obs. das man es mit esse Ist dz man obs isset So soll man gutten wein dar auf trincken so schat es nicht Ipsen samen mit pfeffer gemenget soll man nütchtern messen das ist gut vñd gesund Vor iunge pyern sol man sich hütten Wen das bekumet in diesem Monat mit wol Vñd ist schedlichen Man soll zu der zeyt frū an beyssen In diesem Monat soll man auch lauttern wein trincke das ist vil bequentlich | wem mit Allant vñd mit lorbern gewermet ist gesund zu trincken das sawbert die prust vñd de ma gen Man soll auch in diesem Monat frū auff sten vñd zw mittag. eyn wenig schlaffen Man soll in kaltem waser dick baden Dem tranck soll in diesem monat sein patomen Salua vñd zytbar den solt du trincken wilt du gesund sein.

#### Von dem Heumonat

In dem Julio das ist der Heumonat das der Austmonat ist So heben sich an dye tag In den sich ein ytlich mensch hütten sol Wen die tag sind angstlichen Das man si nennet In der geschzift die hundts tag Also sorgliche ist die zeit in diesen tagen Man soll mit zu ader lassen noch tranck neme Wen es wer vil vngeuerlich | wurde zu der zeit d̄ mage vñ das hirn die leber oder dy lung od̄ das miltz mit kemerley



Trinck kalt wasser

schlach dingen beweget. Als gar sorglichen ist es in disem Monat. so wurde villeicht dem hertzen | vnd dem ganczen leib so ennge. das der mensch ersticke must. vnd gedys tods ersterben. Darumb soll man nicht tranck nemen | noch nicht lassen. wenn in den baden | mit köpfen wen des not ist. In senfften baden mag man wol nüchter badē. Man soll in disen zwey Monatten gar wenig wemß trincken durch dye dürre des magens vnd der leber. kalt wasser soll mā trinckē nüchterm alle tag. in dysen monat wider dye Colera. das man dye vertreybe. Vnd aller schlacht dyng | Das da grün ist. das soll man zu diser zeyt dick an sehen | dz ist gut zu dem hawbt vnd zu den augen | Dye geschwere in disem Monat soll man vertreyben | mit guter salben | den die geschwere im iar nymmer eer kumen | dan in dem Monat. rawtten safft vñ ysoppen safft eppig safft soll man mit korn mischen. vnd soll den hals | vnd die kelen | da mit bestreyche das ist gar gut. in keyner weyse soll man die geschwere vñ die Orwsen in disen zweyē Monattē auff stechen | als lieb Im sem leyb vnd leben sey. In aller weyse soll man sich hütten. in disen Monatten vnd aller meysten vor bössen fischen. die in mofigen sawlen wassern gefanngen sind. an de isset man pald den tod In disen monatten soll man köle vñ lattich vnd pappeln nicht essen Wenn si haben eytter vnd vergifft in yn zu diser zeyt. Es ist auch gut | das man in disen zweyen Monattē offft esse Salua knoblauch | vnd robe speck. das ist nutz vnd gut. Man soll auch wenig Baden in disen Monattē. Nym auch Rautten tilln gamandrian Saluay | polay | fenchel samen. vnd lübstuckel samen. liecht benedick | oder meme. dy solt du mischen mit gutten würtzen die mit zu heys sem. Vnd mit fussemholtz vñ Emis mit zucker gemischet vñ getemperiret. vnd solt em puluer oder em latwenig dauon machen. Vnd solt das offft nützen. werest



du dich|wider die grossen hitz|die in disen Monatten ist  
Vnd biß behut vor aller hande vngesundykeit des leybes  
vnd vor siechtumb. die dir wider faren mugen in diser zeyt

Der ander augstmonat

In dem andern Augstmonat. soll man mit ader lassen. vnd  
auch kein tranck nemē. Man soll sich vor vber essen vñ trin  
cken fer hütten|vnd vor neuem obs. Man soll rosen wasser  
vnd baumöl vnd den taw in ein glaß vaben. vñ soll das zu  
samen mischen. vnd die prust da mit bestreichen. dz ist gut  
zu diser zeyt. man soll auch oft in kalte wasser bade durch  
die grossen hitz. Wen hütet mā sich mit vor der grossen hitz  
So erwallet sich das hirn|das der mensch vñleicht möcht  
hawbt siech werden poley rawtten venchel Epp. ysoffen  
samē lorber alant vnd thu dar zu paumöl. vnd das soll mā  
alles mit honig durch emans temperiren. vñ soll den ganz  
zen leyb dar mit schmyren vñ bestreichen. Vnd dasselb be  
streichen|ist gesund fur allerley vngemach vor neuē Oett  
vnd neuem piren solt du dich hütten. Cinamon solt du in  
disem Monat oft nutzē kalte ding die vñ kalter natur sind  
die sind in disem monat gut zu essen|als lattich vñ Milom  
dzincken solt du ab Mēne benedicte poley weg preytte da  
wiß furwar das die zu diser zeyt gar heylsam sind.

Der erst Herbstmonat.

In dem ersten Herbstmonat. mag man wol einem ytlichen  
menschen|mit aller schlacht ertznei helffen. wen aller frucht  
wurtzen vñ samen. vnd allerley ding zeyttig sind|wes mā  
zu ertzneyen vber iare bedarff|das soll vnd muß man aller  
meyst in disem Monat. vnd in dem Meyen gewynnen vnd  
was in dem Meyen|an ertzney versawmet ist. des mag mā  
sich in disem Monat erholen oder erfüllen. Trinckē solt du  
in disem monat tostn malagranat od memie|zigē milch solt  
du messen|die neret dir dz blut. vñ gewynest em gute varb



### Der ander Herbstmonat

In Octobri In dem andern Herbstmonat ist gut das man zu ader lasse vñ tranck neme der sein bedarff Man soll sich ad bewarn. Das mā mit zu vil der neuen frucht nyess | böß obs vnd andere dicke Wen dauon villeicht die blas sich zu prichet. Vnd das hirn also verferet wirdet das der mensch wurd gar schir fiech | das er es nymmer vberwünde. Wenn ber sind dan zeytig zu messen | vnd Most zu trincken | wenn dauon wirt der leyb weych Oderrettich vnd bibenel ist gesund | senff nütz mit aller hand speyse Vogel vñ wiltpret ist zeytig vñ gesund Negelen vnd zymernbe sein gut zu nützen in diser zeyt.

### Der nouember

In Nouembri In dem erste Wmter Monat soll ein ytlich mensch seins leybs pflegen | mit ertzneye | mit lassen mit getranck nemen wer sein bedarff Wenn ein ytlich mensch soll sich den warn halten gegen dem frost vnd der kelt. dy den kranckē leütten gar schedlichen ist Lassen mag man zu der adern an welche enden es dem menschen not ist. zige milch ist dan gut zu messen vñ gesund Wen dauon meret sich das blut vnd macht den leyb gar wol geferbt vnd gesund vñ das antlitz schön Wenig vnd selten solt du baden. wen in diesem Monat solt du schweyß bad meyden In keinem monat durch das gantz Iare ist baden als vngesund | als in diesem monat Trincken solt du Cinnamon yngwer vnd garwe das soll den dem tranck sein dar an findest du dann gesuntbeit. ob du die trinckest stetiglichē in diesem Monat.

### Der ander Wmtermonat

In dem December. das ist in de andern Wmter Monat dz der letzt Monat ist in dem iar. dar in soll man mit zu ader lassen Wenn der mensch in diesem Monat aller mynst blut hat mynner dan in keinem Monat durch dz gantz iar Darumb



ist es nicht gut·das man dar Inn laß zu der adern·ist sein  
 aber nott·das man sein nicht enbern mag·so soll man we-  
 nig bluts lassen·vnd an der hawbt adern ist es aller be-  
 quemlichst vnd nutzlichst·das man ein wenig bluts daruõ  
 laß Cõle soll man zu disem monat mit messen·wan er hat  
 In der zeyt vergifft in Im·vnd ist vil schedlich·inden  
 Augsten Darumb das der mensch In diser zeyt ist on blut  
 Vnd das er sein wenig hat durch das soll man In disem  
 Monat meisten Yngwer Galgan zittwer Muscat pertram  
 Vnd muscatplumen Cardomomen Negelem cubeben Cyna-  
 momu·vnd ander gut wurtz Man soll essen gepfeffert vnd  
 gewurtzet speyse Muscat soll man offt nutzen | wen si gibt  
 gutten geschmack·vnd krefftiget das blut vnd das hertz  
 vnd den gantzẽ leyb·das thut auch Muscat blumen·Dem  
 tranck soll sein In disem monat Spica bertram | Yngwer  
 vnd senbaw·vnd ander gut wurtz·die ich dauor genennet  
 hab Newssst os trinckest du si in disem monat·so gewin-  
 nest du gesuntheit an allem demem leibe Wer dise lere fleis-  
 siglichen bebet·vnd ir wolget | der vermeidet siedtumb·vñ  
 hat ymmer dye weyl er lebt gefunden leyb·vnd lebet vil  
 bester lennger Es ist zu wissen als in einem ytliche monat  
 geschriben ist·von einem tranck·das ist zuuersten·Das man  
 das nüchtern | in ytlichem Monat·als offt man wil in sup-  
 pen weyse meisten soll.

Wauon der mensch geschaffen sey

Ein ytlicher mensch ist geschaffen·von vier fewchtigkeyt  
 der Element·das ist von erden·von wasser von feur | vnd von  
 Lufft·vnd von dem hat ein ytlicher mensch besunder varb  
 gestalt·vnd sitten emer anderst denn der ander·Von der er-  
 sten Ist der mensch | schwer vnd trucken Von dem wasser  
 Ist der mensch kalt | fewcht vnd weyse Von dem lufft ist  
 der mensch warm | fewcht vnd Rot vnd schön·Von dem



fewr ist der mensch heiß vnd druckē. vnd ist prawnen varb  
als man her nach geschriben findet | in ytlichem befund | vñ  
von den vier Elementen ist ein ytlicher mensch beschaffen  
Vnd welches vnter den. an dem menschen mer ist. nach dē  
wirt der mensch genaturt Also hat er der erdē mer | so wirt  
er ein Melancolicus vnd wirt geleychet dem herbst. vnd d  
erden nature. hat er aber des wassers mer. So wirt er ge-  
nant fleumaticus | vnd wirt geleychet dē Winter | vnd was-  
sers nature. Hat er des luffts mer | so wirt er ein Saguineus  
vnd wirt geleychet dem Lentzen | vnd ist des luffts nature  
Hat er des fewrs mer | so ist er ein Colericus. vnd ist gesitt  
nach der nature. vnd wirt geleychet dem Summer Vnd w  
den vier Complexion vnd von eigenschafftē | solt du mer-  
cken | zu dem ersten | von der edeln Saguinea bey welche zeyt-  
ten du. die solt erkennen. vnd dar nach die andern.

#### Von der Edeln Saguinea

Eyn Saguineus Als vns schreybt Aristoteles Ist eyn  
mensch geschaffen Von den vier Elementen | da des luffts  
nature mer ist. den des menschen nature. Vnd ist warm vñ  
fewcht. vnd wirt geleychet. dem lufft vnd Lentzen vnd ist  
die edelst | vnter allen complexen | der mensche der | der selben  
nature ist. der ist von nature. das er lieb hat. vnd lieb wirt  
gehabt Er ist milt zu erlichen dingen. er ist frölich zymlich  
Er ist weyße vnd clug | auff erber sachen Er hat rote schöne  
varb vnd singet wol. vnd ist leybig vnd weyß. Mit zu vil  
Vnd ist küne. vnd muttig zu gutten dingen. vnd ist guttig  
Vnd ist lynd an der hewt. vnd stett Vnd vestt an semen sa-  
chen. Er ist mit vertrogen | vnd redt nicht vil. Er ist nicht  
schenyig Vnd mag wol vnkeuschē Vnd begert seyn vil.  
Wann er ist warm vnd fewcht. Er wirt geren wol gelert.  
vnd weyße | vnd macht gar edle kind. vnd mer Sune denn



töchter. er bedarff wol guter hut | das er sich vil sere hütte  
wz allen groben dingen. vnd besunder wz allen hitzigē vñ  
fewchten dingen.

Von dem Melancolico

Eyn Melancolicus Ist ein mensch geschaffen. von vier ele-  
menten da der erdē nature mer ist Vnd der mensch ist kalt  
Vnd trucken. vnd wirt geleichet der erden. vnd dem herbst  
Vnd ist dye vnedelst complex. Der mensch der. der selben  
complex ist Der ist gern | karg vnd geytig. trawzig. vnd  
Aschñ varb. treg. vngetrew. vnstet. vertrogen. vnd hat al-  
weg eyn bösen magen. vnd ist vorchtsam Er hat böse be-  
girde vnd hat erliche ding nicht lieb Er hat ein blöde syn  
vnd ist vnweyse. vnd hat hertes fleisch Er trinckt vil vñ  
isset wenig Er mag mit wol gebessen Im ist vil not das er  
sich hutte | wz allen speysen vnd dingen die kalt | vñ truckē  
sind. alle ding die warm vnd fewchter nature sind. die sind  
im gesund. als guter wem. vnd gut gewurtz.

Von dem Colerico

Eyn Colericus Ist ein mensch geschaffen. vñ vier Elemētñ  
Der des fewrs mer hat Vnd der mensch | ist heis. vnd tru-  
cken von nature. Vnd wirt geleicht. dem fewr. vnd dē Sū-  
mer Vnd ist ein mitel complex. Nit zu vil edel. nach zu vil  
vnedel. Der mensch ist bleycher varb Vnd trinckt vil mer  
dan er isset Er ist klemmer glider | vnd ist mager. vnd ist eins  
schnellen grymmigē zorns. der ist im bald hyn Er ist kune  
vnd schnelle | mit allen semen dingen. vnd redt gar vil. vnd  
ist vnforchtsam. vnd hat vil horß. vnd das ist hert vnd dy  
oberñ teyl seines laibs. sind im grösser. den die vnderñ. er ist  
milt zu erbern dingen | vnd ist vnstet Er begert vil zu bel-  
sen. vnd mag wenig Im ist vil not. das er sich hutte wz al-  
len speysen. dye hitzig vnd trucken sind So ist ym gesund  
alles das. das kalt vnd fewcht ist





Von dem fleumatico

**E**yn Fleumaticus Ist ein mensch geschaffen von den vier Elementen da des wasser natur mer ist. vnd der mensch ist kalt vnd fewcht. Vnd wirt geleycht dem wasser vnd dem Winter der mensch ist wasser varb vnd hat vil fleisch Vnd kleyne glieder vnd ist zornig Er isset vil vnd trinckt auch wenig er ist treg vnd schlefft vil vnd hat weich hor Vnd begert mit vil zw ynkeiſche vn mag ſem vil Im ist gar not dz er ſich hute vor allen dingē die da kalt vn fewcht ſind Alles das heiß ist vnd trucken v natur ist ym gefund.

Das ander Buch ſagt von der ordnung der gefuntheit

**A** Vicenna Der hoch meister beſchreibet vns In dem Buch von der ſach der gefuntheit vnd der krankheyt vnd des todes vnd ſpricht Dad dye leychnam 3 menschen | zweyer hande ſchade vn dertemig ſind Vnd der ſchaden ytlicher | hat ſemē vrsprung Etlicher Innwendig | als iſt die natürlich fewchticheyt Der vier element da wir von geſchaffen ſind | ſawl wirt In dem menschen vnd vberflüſſig Das iſt ſo der fewchticheit Vnd des bluts zu vil wirt da enpfecht der mensch etwen dick tötlichen ſchaden von Die ander ſach iſt ſo der natürlichen fewchticheit der vier element von den der mensch geſchaffen zu wenig iſt da auch ſolcher groſſer ſchaden | von kumpt vnd das kumpt | von vbriger hitz vnd kelt der leber vnd des magens Vn von yngeordete leben mit vnmeſſigkeit eſſens vn trinckens Vnd darumb iſt not das der mensch der gefund wil kumen zu de ende des ſterbens das vns allen von got auff geſetzt iſt ordenlich ſich halt mit eſſen vnd trincken mit baden mit ader laſſen vnd andern dingen Von den hernach geſchryben ſtett das ſie oderlichen vnd



natürlichen zu rechten zeyten geschehen So behaltē si sich  
gesund Wer aber der selben ding vñordenlichen vñd zu vn  
zeyten gebraucht. der muß von not wegen. krank. vñd su  
chtig werden. von den dingē allen. stet hernach geschriben.  
Item zu dem ersten. findest du geschriben Wie sich der men  
sch. vor dem essen halten solle dar nach. von dē schlaffe. wie  
sein der mensch gepawchen soll Darnach von dem Baden  
Darnach von dem ader lassen zu welcher zeyt Vñd zu wel  
cher stund Vñd zu welcher ader Emem ytlichen menschen  
Für em ytlich siechen. gesund sey. zu lassen Vñd dē wullen  
prechen oder vñdewen Wan es gesund. oder schad sey.

Das erst Ca. sagt Wie man sich vor dē essen haltē soll

Cap 1<sup>m</sup>

**D**u solt wissen | Zu dem ersten. Das der magen In dem  
menschē Ist recht als ein hafen. pey einem feur So ist dy *leber*  
leber. als das feur bey einem hafen So man die kost will  
speiden. so muß man das feur vor an zundē Also in der ge  
leychnuß. soll der mensch. ee. das er zu dem tische sitzet. dye  
natur. an zunden vñd sich vben. vñd bewegen | vñ em weyl  
hyn vñd her spaziren. vñd hinst mit emer messigen arbeyt  
sich vben. biß er wol erwarmet. vñd rott wirt. vñter dē ant  
litz. darmit erquicket. vñd entzündet er dy natürliche wirme  
Vñd der mag wirt begyrig vñd lüstig. vñd die speyse be  
kumbt. Darnach dem menschen wol Nach dem essen. soll  
der mensch nicht arbeiten. nach sere lauffen. Vñd springen  
Wann das gar schedlich ist. Er soll em weil gar still sitzen  
Vñd darnach wol sitglichen hin vñd her spaziren gen. Vñ  
von der ordnung. vor dem essen. vñd darnach. spricht Aui  
cenna Es kumbt dem menschen vil gesuntheit. dauon dye  
leblichen geist werdē dauon erquicket die natürliche wirn  
wirt dauon entzündet die gelider werdē dauon gerynne



die bösen dunst vnd fewchtigkeit werden dauon auß getri-  
ben Der mensch wirt lustig vnd dye gantz natur gesterckt  
Vnd darumb so du zu dem tisch wilt gen. so du getan hast  
Als hie wir geschriben ist so beheltest du gesuntheit vnd  
langes leben.

Von dem essen vnd wie der mensch essen soll

Wer gesuntheit wil pflegen. der soll ein gute ordnung ha-  
ben mit der speyse. dy er nutzen wil wie das ist In welcher  
maß. vnd zu welcher zejt. vnd wie vil vnd das es wiß die  
natur mit sey. wann es brecht grossen fiedtumb. Darumb  
schreybt vns Auicenna In dem Buch Von der ordnung  
der speyse Der mensch soll mit ee die speyse messen | biß er  
begirig ist | vnd der magen. soll wir gereymgt seyn. von der  
wordern speyse. das ist das er zu stul gangen sey. ee er zu dē  
andern mal esse. wan wer es sach das der mensch esse ee er  
natürlich da zwischen zu stul gieng So verunremet vnd ver-  
giftet die worder speyse die nach genden Vnd das dy spei-  
se die natur beschweren wurde Vnd wer nicht bequemlich  
Auch so der mensch enpfindt das er lust vnd begirde hat  
zu essen So soll er das essen nicht verziehen. Vnd es geht  
sach Auicenna vnd spricht So der mensch hunger leydet  
vberlust Das ist so er dz essen verzeücht bis im der hūger  
vergeet So wirt im der magen voll vnreiner fewchticheyt  
Das denn gar schedlich ist Ein meyster Rasis spricht. So  
man dz essen verzeücht biß der lust verget So wirt zu hand  
die krafft der begirde znerstoret Vnd der mag wirt voller  
böser fewchticheit Daruber soll man nemliche merckē das  
man zu einem mal nicht zu vil esse Das der mag mit zu vol  
werde Also dz sich der mensch dene vnd der attem schwer  
werde. wan es gar vngesund ist Der mensch soll mit lust  
auf hören Das ist das er sich nicht fullen soll Als die vn-



vernufftigen tier biß nicht mer In m mag. wer aber sach  
 Das d mensch empfunde. das er zu vil geessen het So spri  
 cht Auicenna das der mensch des nechsten tags darnach  
 soll lang vasten vnd gar hungriß werde Vnd lang schlaf  
 fen an emer stat die mit zu vil warm noch kalt ist. wer aber  
 sach D3 er mit geschlaffen möcht So soll er sich vast vben  
 mit arbeit Vnd sol ein wenig clars weins trincken. vñ soll  
 mynnder essen denn vor sem gewonheyt ist gewesen. Eyn  
 meister Allmansor der spricht so der mensch empfendet das  
 er zu vil geessen hat So soll er zu stund Ee das sich dye  
 speyse Im magen nyder setzt Ob er mag oben auß von im  
 wider lassen varen wer im das zu herzt So trinck ein war  
 mes wasser So geet es leychtiglich von im Vnd dise lere  
 gibt auch Galienus In seinem Buch genant tegin. Es ist  
 auch zu mercken Als meister Allmansor spricht Das den  
 mageren mensche die teglich nur ein mal essen D3 gar schad  
 sey. Vnd feyften lewten ist schad offft essen. Doch soll mā  
 dar Inne das mittel halten das weder zu vil noch zu we  
 nig sey.

Wie der mensch sem complex soll erkennen

- Es ist auch zu wissen. das der mensch sem complexion soll  
 wissen. vnd erkennen als vor eigentlichen geschriben ist Ob  
 er sey Saguineus So ist er warm vnd fewcht So soll sem  
 speyse seyn Subtyl. vnd kalt von natur

Von dem Melancolico

- Ist er ein Melancolicus So ist er kalt vnd trucken So soll  
 sem speys vast fewcht sein.

Von dem Colerico

- Eyn Colericus Ist hitzig vnd trucken. Vnd bedarff das  
 sem speys kalt vnd fewcht sey.

Von dem Fleumatico

- Eyn Fleumaticus Ist kalt vñ fewcht. vñ bedarff subtiler



Speysse. dye warm sey| von nature Dye ist Im nützlich.

- In dem Summer soll der mensch meisten leychte speys. dy kalt sind von natur als Latucen vnd allerley kraut Zigen fleisch vñ Lamp fleisch Kalb fleisch vñ Jung hemel fleisch
- In dem Winter soll der mensch nyessen speys. die von natur warm sind. vnd starck Als Rynd fleysch Hemel fleysch. Schweme fleisch Byrsen vnd allerley wiltbrett
- In dem Lentzen. soll man mässig sem Vnd lustig trucken speys nyessen Die sem zw der selbigen zeit gesund.
- In dem Herbst soll der speyse nicht zu vil sem Vnd fullen warm sem von natur. als vor| von den vier complexen Vnd von den vier zeytten des Jars eygentlichen geschriben ist.

#### Von der speyse

- Wie vil ein mensch zu emē mal essen soll Das kan nyman schreyben eygentlichen. Als vns Galienus schreybt So soll sich der mensch massen mit der speyse| das ir mit zu vil sey Das sem natur. dauon mit beschwert werde | das geschicht so der mensch treg vnd schwer wirt| nach dem essen. vñ den attm tieff hollet. vnd pfnehet Vnd das dye natürlich wirn nicht geschwecht werde Wan der mensch vil scheden dauon empfehet.

#### Von den Naturen der Speyse

- Die speyse der menschen. soll mit zu vil hitzig sem von Natur. als pfeffer Wann von solchen dingen die sere hitzigen werde verpzent die natürlichen fewchtigkeit zu sere da das leben vast Innen ist Vnd da grosser fiechtumb von kumbt

#### Von fewchter speyse

- Wasserig vnd fewcht speyse. als Melaw. vñ Jrs geleichē die machen fawl. vnd brudmig den menschen Inwendig So man ir zu vil newisset.

#### Kalte Speys



¶ Dye speyse die gleych kalt ist von Natur. als Latucen | vñ  
 Ir geleych. dy töttñ vñ schadē sere. so mā ir zu vil newisset

Trucken Speyse

¶ Speyse die trucken sind von Natur. machent die krafft der  
 Natur blöde vnd vnnechtig.

Von feyster Speyse

¶ Speyse die zu vil feyst sind. als feyst fleisch. die Schwym  
 men In dem magen oben. vnd hmdern die dewnng.

Versaltzne Speyse

¶ Speyse die versaltzen sind. die verprennen Vnd zuerstören  
 andern speise vnd machen den magen zu nichten.

Von geessigter vnd Sawrer Speise zu  
 messen Die soll man Temperiren.

¶ Speyse die geessigt vnd Sawr ist So man Ir vil gewon  
 lichen newisset macht schier alt geschaffen. der vorgeschribē  
 speys ist keine bequemlich dem menschen zu vil Vñ on an  
 die speyse zu misen Man soll sie temperiren also Em hitzige  
 mit einer kalten Em truckne. mit einer fewchte Was speise  
 dem menschen gesund sey. Dem menschen sind gesund. die  
 darnach geschribē speise Jung geisen fleisch Jung Lamp  
 fleisch Kalb fleisch die von der milch kumen Hünner vnd  
 kappawn Kephünner vnd allerley geflugel das gewonlich  
 ist zu essen vnd Suppen auß reinem frischen stemygē vnd  
 sandigen wasserñ vnd weyche Eyr Weytzen brot wol ge  
 befelt zu massen gesaltzen. vnd wol gepachē. das ems tags  
 oder zweyer alt sey | das ist gesund Vñ diser vor geschribē  
 speyse mag der mensch messen Nach seiner notturfft. Ow  
 solt hie merckē em gememe lere Die master In der ertzney  
 sprechen gememlich Ob em mensch lust hab zu essen. veste  
 speys. Von der vor geschriben stet | die mit gesundlich ist  
 vnd schwymmet empor In dem Magen Der soll darnach



essen speyse die Widerdrucken vnd stopffen | als kes | vnd  
pyrn | so schadet es nicht so fere.

#### Von bitter speyse

Ist aber das ein mensch gern speise newstet die versaltzen  
oder pitter sind oder mit essig die der natur auch nicht be-  
quemlich ist Als vor geschriben stet Der soll niessen vnd  
essen darnach | fülle speise als öpfel So schadet es nicht.

#### Wie man sich halten soll So man des Morgens auf stett

Aristotiles schreybt Zu dem Rünig Alexandro dise nach  
geschriben lere vnd spricht O Alexander Wilt du gesund  
sein vnd bleiben So volg meiner lere So du des Morgens  
auf dem bet wilt gen So solt du dich rawffen Vnd deine  
glieder gleich vnd sittiglichen zuerdenen vnd strecken von  
de alterit vnd erquickt sich die natur vñ die lebliche geist  
Darnach | so du auf gesteeft So solt du dich vleissen Das  
du dich vbest Das du die vber flüssikeit | der natur tuest  
Das du zu dem munde außreispest Vnd zu der Nasen vnd  
dem zungen schabest mit einem messer Vnd du dich zw de  
Stül vnd mit dem harn vbest So du das getüft so solt du  
dich vleissen zw reüßern Vnd ein wenig hm vnd her spat-  
zirñ dise ding stercken vnd lustigen dir den leichnam Dar-  
nach solt du dem har wol kemen das zewebt dir die bosen  
dwñst auß dem hawbt Darnach solt du wasche dem hend  
dem mund Nasen vnd augen In dem Summer mit kaltem  
wasser Vnd In dem Wmter mit lawm wasser Das antlitz  
hend vnd fuß In dem Summer wasche mit kaltem wasser  
Nacht vnd bringt guttñ luft Vñ begird zu essen Darnach  
solt du die zene reiben mit einem lustigen leinen Tuch das  
Rösch sey Vnd deme Naslöcher wol reinigen Vnd dich  
salben mit edler salben Vnd lustige cleider an legen Vnd



wol riechende ding schmecken Das erfrewet die sele In dē  
leibe Vnd krefftiget den leichnam. Darnach solt dw dich  
vereinē vnd versunē mit Got dem herzen vnd Im vleisch  
lich dienen als pillich ist Vnd dich diemütiglich In an-  
dacht gegen Im ertzeigen Darnach solt du hyn vnd her  
spatziren In guttem lufft Vnd so dw das gethūst So thu  
darnach das dw gewonlich pfligst zu thun als lanng bis  
du lustig wirst zu essen Vnd wann dir nu der lust kummet  
zu essen Vnd dye nature begirig wirt So solt dw dich w  
etwas arbeiten vnd vben vnd erwarmen Ee das du zu dē  
tisch sitzest als hie w  
geschriben stet Vnd wan du begirig  
bist zu essen So solt du es nicht verziehen.

#### Was man zu dem ersten essen soll

Auicenna schreibet eyn nützliche lere Welcherley speysse  
man zu dem ersten essen soll vnd spricht Wer mit der speyse  
gesuntheit behalten welle Der soll eben merckē das er dy  
leichten gerynnungen speyse Zu dem ersten niessē Als hūner  
Vogel Genß Vnd darnach als schwere Kyndfleisch vnd  
gebrattens Ist aber sach Das man die schweren speyse vor  
der leychten newisset Als dūr fleisch zu dem ersten Vnd dar  
nach geringgs gesottens oder grūn Kyndfleisch Vnd dar  
nach Kalb fleisch Oder zu dem ersten gebrattens vnd dar  
nach gesottens So schwynmet dye gering speysel oben  
emboz In dem magen Vnd wirt bald verdewet Vnd dye  
schwer wirt mit schier verdewet vnd leytt lang vnntten In  
dem Magen Vnd die rming speys die nūw schier verdewet  
ist Mag w  
der schweren kem außganck haben Vnd ermo  
dert Vnd erfawlet durch emander Da wirt die gantz natur  
von gekrenckt Vnd kumen groß Siechtumb daruon Vnd  
darumb wer gesund wöll sem  
der meß zu dē ersten Die sub-  
tilen speys vnd darnach dye groben



### Wie man essen soll

Auicēna verbewttert mancherley speise. eins mals zu essen  
Als man pfligt | in den herzen böfen Wan vill irzung der  
natur vnd schade dauon kumpt An zweyen od dreyerley  
speise | soll sich der mensch lassen genüge dz ist gesundlich  
Auicenna spricht Nach grosser arbeit soll man nicht visch  
essen wann si verderben den magen gannzt.

Es soll nyemant | so die speyse halb oder ein teyl | verzeret  
ist In dem magen Se sie gar verzert wirt mer dar auf essen  
Als so man die frustuck zu Tertz zeyt geessen hat Vñ dar  
auf zu stund zw rechter mal zeyt | aber isst Wann die letzt  
hindert die ersten vñ der leyb kumpt in v dampnuß dauon  
Auicenna spricht Es sey besser offt trincken | denn essen  
Wann der wem ist Se verzeret wann die speyse.

Visch vñ rolze milch | sind nit gesund zu emē mal initemand  
zu essen Wan die natur zu aufsetzikeit douon geneyget wirt  
Es ist zw wissen | das Ruckem brot Se verzert wirt oder  
gemeins hauf brot den gepewtelt Brot Vnd es macht  
grob blut. So macht gepewtelt weys Brot subtil blut

Es ist zu wissen Das müßigen lewten alweg subtil speis  
bequemlicher sind dann die grobe Auicenna spricht Das  
zu stund an So man geessen hat Wem trinckē schedlich sey  
Wann der weyn ist subtil vnd schyer verzert vnd dinnget  
durch die speyse In dem magen vnd fewcht vnd verstop  
ffet. So sem vil geschicht | So felt der mensch dauon In  
wasser sucht oder ander schwere siechtumb.

### Wie man sich nach dem essen halten soll

Nach dem essen Soll man dye heind schön machen Wann  
mit vnremen heinden die augen vnd das antlitz anrüren  
ist vil schedlichen Den müd vñ dy zen Soll man reybe vñ  
wasche vñ nichts vnreins da zwischen lassen Wann es ver  
berbet die zen Vnd macht stmcken den mund



Von dē getranck. vnd wie es der mensch  
gebrauchē soll zu dē erstē Von dē wasser

Quicenna vnd auch Allmanso: Sprechen. Das gar vngesundlichen vñ der Natur widerwertig sey| vil kaltes wasser Nüchter trincken. vnd nach arbeit| so mā hitzig ist. vñ nach dem bade vnd nach der vnkeusch| vnd in der nacht. so man geschlaffen hat So aber nach disen wz geschriben dingen Der durst ser groß ist So soll man den Mund erfrischē mit kaltem wasser. Hilfft das mt. Das der mensch ye trincken muß So soll er wein mit wasser gemuschet warin trincken Vnd darnach kalt wasser.

*Sup. Trinken*

Kaltes wasser zu stund trinckē| nach dē essen Ist der natur vast wiß Vnd erkeltet den magen vñ Irret die bewung| dē sem aber mit geratē mag. vñ muß wasser trinckē| der soll ein gutte weyl nach dē essen beyttē. biß sich die speyse gesetzt Quicenna spricht Wer grossen durst hat. vnd besorgt das Im trincken schad| der soll schlaffen. so vergeet im dē durst.

*Sup. Trinken*

Von dē wein wie sem der menschē gebrauchē mag Quicenna Spricht. Das eyn ytlicher weyser mensch sich fleyßig hütten soll Das er nüchtern| oder nach grosser arbeit nicht wein trinck Er soll etwas fewchtes essen Wann so man wein trinckt nüchtern vnd nach arbeit| das bringet dem byrn grossen schaden Auß dē soll man nemen wer eyn blöds krancks byrn hat Das der lützel vnd wenig weins trincken soll. Vnd soll In mischen mit frischem wasser.

*nota*

Von dem Wein Den dw trincken solt. das er gesuntheit behalt dem menschen von dem schreybē dy meister Galienus Vnd Quicenna Der wein soll sem alt| vnd nicht new wol geschmack lawter vnd clare. vnd em wenig gemischet sem Mit frischem wasser. das rem vnd newlich geschöpfft sey

Wie dw wein in dē Winter trinckē solt



In dem Winter Solt du dem wein mit kalt trincken Wann es vil schedlich ist Vnd zuerpleet den menschen Innwendig vnd keltet die natur Du solt in lab machē Oder sunst ein gemeine lere solt dw hye mercken die gar nützlichē ist Die vns schreybt Galienus vñ spricht Die speyse solt dw wol vnd gar clein zuerbeyssen in dem mund Vnd de wein clem recht als ein febern hynem schlyndē Das ist ein sach der gesuntheit vnd lanngs lebens

Das man nit zu vil trinckē soll

Du solt dich hütten vor vbrigem trincken vñ besunder vor kaltem wasser Wann es verdampft dye Natürlichen wirn Vnd hyndert die dewung der speyse doch von der hitz wegen des magens vnd der zeyt Als In dem Brachmonat Mag man frisch wasser messiglich trincken das ist gesund

Von vnmesigkeit des weins

Es spricht auch der meister Allmansor Das vil weins zu trincken nicht gut vnd gesund ist Das bewert Auicenna vnd spricht D3 vil getrunckes weins In etlicher menschn Magen verwandelt wirt in die rotten Colera In etlichen zu eßig Vnd das ist beids schedlich Vnd wer das an Im enpfindt spricht Allmansor Der solt sich dar zu bewegen Das er den zw stund wider von Im brech Wer es aber das er sich mit brechen mag so soll er zu stund vil wassers dar auff trincken vnd baden vnd schlaffen So verzeret es sich on schaden.

Von schade 3 Trunckenheit

Auicenna spricht Das emßige trunckenheit ein vil schedliche böß dinck sey Sie zuerstört die natur des leychnams Vnd verderbt das geeder Also das der mensch Lam wirt Vnd zytternde gelider gewynnet Vñ kumbt dauon Apoplexia D3 ist der gech tod vnd verleußt dy natürlich wirn Vnd verdepffft vnd macht den menschen der ir pfligt ee



zeit Gra Alt Vnd vngestalt vnd darumb soll sich em ytlich mensch dar vor wol hütten.

Wie em ytlicher mensch gesitt sey. so er truncken ist Er sey Saguineus Colericus Fleumaticus od Melancolicus.

Eyn Saguineus. so der truncken wirt So lacht er Vnd ist frölich vnd laufft hyn vnd her vnd erzeygt kyndlich sittē

Eyn Colericus So er truncken wirt So redt er vil vnd ist wanckels muts vnd wirt recht als er tobig sey.

Eyn Fleumaticus So er truncken wirt So ist er Shleffrig Mit schwerem schlaff vnd furcht sich fere.

Eyn Melancolicus. So er truncken wirt So ist er trawrig vnd hebt an sem funde oder verganngne ding zu beweynē

So wein verboten ist

Allmansor Spricht In dem Buch. Von der ordnung des trincktes Das nyemant nach dem bab. oder nach hytziger speysel oder so man genug geessen hat Zu stund weyn soll trincken Er soll bitten nach dem Bade bis er wol erkület. Vnd nach der speyse em güt weyle bis sie sich In dem magen mider gesetzt Als vor geschriben ist.

Von dem Most

Newer wein Als Most ee das er recht lauter wirt Ist vil schedlich vnd krencket dy leber Vnd s mensch wirt dauon geschickt zu der leber sucht Vnd macht flüssig in dem leib vnd zuerbleet den pawch vnd das geberme das auch vil schedlich ist darumb soll sich em ytlicher weyser mensch da vor hütten.

Eyn gememe lere. Soll man merckē zu allem getranck als Auicēna Spricht Das man den schlund nicht soll zu weit auf thun Man soll dem als eyn faden byneyn ziehen als vor auch geschriben stett. Es ist auch zu wissen Das alter fridiger weyn der natur gar gesund. Vnd bequemlich ist



### Ruffus

Eyn Meister genant Ruffus Spricht Das der wem messigklich genutzet macht lebend vnderquicket die natürlichen wirrn vnd vertzet die speiß vnd treybt dy vßflussigkeit vnd sich zu stule vnd remigt die natürlichen wirrn vñ allen bösen dwynsten vnd fewchtigkeite Vnd reymget dy Swartzen Colera vnd edelt das blut vnd sterckt das hyrn Es cleret die augen vnd meret gute sin vnd vernuufft vnd macht gutte schöne varb Die wz geschribē krafft vnd tugent hat der wem So man In ordenlichen vnd zymlichen newisset So man aber sem vnordenlich gebraucht So thut er vil schadens als vil er nutz vnd frummess thut So man in messigklich trinckt Wan weyn ist die höchst vnd edelst Ertzney So man in newisset als man soll dz ist messigklich vnd ordenlich Es ist auch vil nutzlichen zu wissen welche alter der wein zu gehört oder nicht als kmden oder alten.

### Von dem Rottem wein

Auicenna spricht Alten lewten ist rotter wein gesund dē weyßer Wan rotter wein bringet in den harn Vñ dē stopft der weyß wein Alter fierdiger wein ist in gesund Der Neü wein als Most ist in vil schad Wan er krenckt in dz hawbt vnd macht si in dem leyb zu vil flussig in einem kalte land oß zu kalte zeytte ist gesundlich vil wems zu trinckē Dan In warmen lande oder zu warmen zeitten Wan der wem hitziget vnd ist gesund wider die kelt des landes vñ der zeit Auerrois spricht Das Jungen kmden wein geben zu trincken gar schedlichen sey Wan die kmd sind hitzig von natur Vnd er verderbt die natur der kmden wann d wein ist auch hitzig von natur Vnd fullet den kmden Ire bewbter mit böser hitz Vnd gewinnē dauon blöde hawbt vñ krank tozet sinne Vnd böß gesicht Jungen starcken lewten Ist gesund wein zu trinckē messigklich So ist alten lewten gut



Weyn zu trincken·als vil sie mügen·wann sie sind kalt von Natur·vnd der wein ist warm|vnd wernet sie.

Von der tugent des weins

Galienus schreybt Das wein|so mā in messiglich newisset Vil hilff thut|dem leychnam·Also thut er auch vil schadens So man In vnorordenlichen newisset·

Eyn meyster genant Jono spricht Das weyn messiglich vnd ordenlich getruncken|benymbt dem gemütte alle bitterkeit·vnd verwandelt es zu süßigkeyt Galienus spricht Weyn messiglich genossen Macht frölich eyn trawzigen Vnd vrchtsamen Vnd gebirt freude.

// *index*

Von der Ordnung des schlafs sagt ditz/capitel

Cap 2<sup>m</sup>

Nach dem essen vnd trincken·So man der |ordenlichen gebraucht·als da vor geschriben stett Die behaltē dē leichnā bey gesuntbeit Es bedarff auch der mensch der Rwe vnd des schlaffs·vnd wie man sich ordenlich·vnd gesuntliche Dar Inn halten sulle·Imdest dw In disem Capitel nach außweysung der Meyster geschriben·

Von dē Nutz des schlaffs

Auicenna vnd allmansor schreybē vns·von dem wachē vñ von dem schlaff Vnd sprechen Das der schlaff vil nütz ist Vñ vil hilff thut dem leychnam des menschen|so man sein ordenlichen gebraucht Er benymbt der sele Ir arbeit Vñ macht sie subtil vnd clug |vnd scharpff·vnd scherpfft dy vernunft·Vnd gedechtnuß·vnd thut rwen dye empfindlichen krafft·Vnd macht milt·dye arbeyt des leychnams Auch macht er gut bewung|vnd macht dye natürlichen krefft mechtig·vnd macht den leychnam feyst vnd warm von natur Auicenna spricht Dz 3 schlaff sey|vil nützlich alten leuten·wann die alten der natürlichen fewchtigkeit

*Corpy impigment*



wenig haben | vnd ist in entgangen | dye binget wider vnd  
bebelt In in der schlaff Vnd dauon spricht Auerzois das  
alles wurcken | der natur In dem leychnam | ist dewung vñ  
fewcht machen Vnd das wachen verzeret | dye Innwendig  
gen Natürlichen wirme auß In dye glieder So bebelt Si  
Der Schlaff Innwendig in dem menschen.

¶ D3 mā mit zu vil schlaffē soll

¶ Allmansor spricht Zu vil schlaffen | vnd vber maß | ist mit  
gut Vnd macht den leychnam trucken vnd mager Vnd  
woller fluß. dye da heysen fleuma Vnd erkelten den leychnam  
Vnd befunder dye grossen feyten leychnam Vnd  
darumb ist zw vil Vnd zw lang schlaffen Nicht gut.

¶ Nicht zw vil wachen

¶ Vil wachen | vber maß Ist schedlichen Wann es enzundet  
dye natürlichen wirn zw vil Vnd zuerstört vnd verderbt  
die natürlichen fewchtigkait | vñ verderbt die gute gestalt  
Des angesichts des menschen Vnd macht den leychnam  
Zw vil trucken vnd kranck Vnd meret die Rotten Colera  
Vnd das gesucht an Mageren lewten.

¶ Auicēna vñ Allmansor schreibe wō dē schlaff | s soll mēssig  
klich sein mit zu vil. o3 zu wenig vñ zu recht zeyt geschehe

¶ Welche zeyt mā schlaffē soll

<sup>no</sup> ¶ Allmansor spricht D3 der mensch mecht schlaffen soll | nach  
dē essen | biß er empfindt. das sich die speyse. auß dē magē  
gesenckt hab Vnd bis der mensch empfindt. d3 dy schwe  
ren Als er nach dem essen schwer vnd treg wirt | Sich ge  
mynndert hab Vnd darumb ist nutz Das der mensch der  
schlafen wil So er eyn weyl sitzt | nach dem essen Das er  
dann eyn wenig hyn vnd her spatziiren geet | Ee er schlaffe  
So setzt sich dye speyse bester ee nyder.

¶ D3 mā des tags mit schlaffē soll

¶ Auicenna Spricht Des tags schlaffen | sey schedlich Wan



der selb schlaff macht feucht vñ macht böß varb vñ schadt  
dem Miltz vñ geeder vñd macht treg vñ vnlustig zu essen  
Schlaffen nach dē essen

<sup>no</sup> Galienus Spricht Zw stund schlaffen | nach dem essen be-  
trübet das hawbt Vñd schadet Im vil sere Mag aber der  
Mensch des schlafs nicht geratten So soll er zw dem myn-  
sten auff zwo stund nach dem essen beytten

per dñm hñs facto  
prandio

Auff welche seytn mā sich legē soll

Quicenna spricht Das man soll den schlaff an heben auff  
der rechten seyten darauff soll man | ein weyl schlaffen Vñ  
darnach auff der lyncken seyten Auff dem pauch schlaffen  
wer es gethun möcht Wer gesuntlich Wann von dē schlaff  
Oye Natürlich wir in gemert vñd gesterckt wirt.

Dz mā auff dē ruck mit schlaffē soll

Auff dem Rucken schlaffen Ist nicht gut sunder schedlich  
vñd schickt dem menschen das er geneygt vñd empfind-  
lich wirt böser fewchtigkeit oder siechtumb als apoplexia  
Das ist der gech tod vñd byrñ töbig Das der mensch auff  
fert auß dem schlaff vñd schreyt | als ein vnfinger vñd  
das einem menschen bedunckt etwas wöll in erdruckē vñd  
mag mit gereden Vñd das kumpt alles von dem blut Das  
sich sampnet vmb das hertz Vñd möcht eyn mensch von  
stund darvon vergen Darumb soll sich eyn ytlicher mensch  
dauor hüttē Wann das ist sach Das sich manyge mensch  
gesund schlaffen legt Vñd wirt tod gefunden.

Von dem schlaffen

Quicenna gibt ein gemeyne nutze regel von dem schlaff vñ  
Spricht So der mensch schlaffen wil So soll er das hawbt  
vñd den hals vñd sich sunst vberall war in zw decken Vñd  
dye prust vñd das hawbt soll hölzer ligen | dann dy miderñ  
teyl des leybs Vñd das macht gute dewung.

An 3 finē schein schlaffē ist böß an dē mō schem vil böser

In pole t hñs do vñd  
malum est



Das iij. Capitel sagt Wie mā den  
leychnam purgirn vñ reymigē soll

Die vor ist geschriben Wie sich der mensch gesuntlich bal-  
ten soll mit essen tricken | Vnd schlaffen Dar nach ist vil  
nutzlichen zu wissen Wie man den leychnam reymigē vnd  
vō dē vberflusfigkeitē leren vnd remigen soll Als mit la-  
xatiue das ist mit austreybend ertzney mit baden mit ader  
lassen ꝛc Wan hernach von yedem besunder geschribē stet  
Vnd zu dem ersten von der ertzney die da heyst laxatiua.

## Von laxirn

Die Natur des leychnamis bleybt vnd wirt behalten In  
Irem leben diß wesens bis zu der zeyt dyē nyemant vber  
treffen mag als wir all sterben fullen vnd müssen So man  
ordenlich sich helt in den dingen on die der leychnam nicht  
geleben mag Als an essen tricken | vnd schlaffen von den  
Ist vor geschriben So nu der mēsch ordelich lebt dennoch  
bleybt der Natur etwas vber das nicht verzert wirt Vnd  
das sampnet sich zu zeytten von zeytten In dem mensche  
Vnd so es mit auß getriben wirt vnd dy natur gereymget  
So kumbt der leychnam dauon zu schedlichen hechtumb  
Vnd darumb spricht Auicenna Das ein ytlicher mensch  
zw etlichen zeytten In dem Jar als Im Meyen soll ein  
purgatzē nemē die seiner natur bequemlich sey Vnd das  
zw messen er soll eins getrewen Artz rat haben Vnd die  
Purgatzē soll Stul machen vnd harm.

## Von dem Baden

Der leychnam des menschen Bedarff auch der reymigung  
Von böser fewchtigkeit die sich sampnet zwischen hawt  
vnd fleysch Vnd die reymigung soll sem mit baden Dar  
vmb solt dw In disem Capitel lernen Wie du vnd zw wel-  
cher zeyt dw baden solt.

*Man muss sich  
vor der purgation  
hüten*



### Wenn man baden soll

Amicenna spricht Wer gesündtlich Badē wil| der soll nach dem essen| zw stund nicht Baden. befunder. so die speyse in dem magen. verzeret vñ verdewet ist. das ist des morgens nüchter| oder zw der vesper zejt. vñ das gybt sach Auerrois| vñ spricht Wer mit vollem pawch. das ist zw stund nach dem essen In das Bad get| dem werden die löcher der hawt| genant pori verstopft vñ beschlossen| Das die unreymigkeit des schweyß. vñ der vberflustigkeit nicht her auß mag kumen Vñ von dem verstoppen. lauffen die selben von einem glied In das ander vñ pringen| dē leychnā grossen schaden Vñ darumb ist Voll baden nicht gesunt Wann Baden zu stund nach dem essen Irret dye dewung Vñ zeücht die speyse vnuerdewt an sich in die glider vñ das pringet vñ machet manigerley hand siechtumb.

### Von d̄ zejt des Badens

Rechte zejt des Badens ist So die speyse In dem magen verzeret vñ verdewet ist Vñ so das gederin gereymiget ist Also das der mensch Ee zw stul sey gegangen Galien⁹ spricht Man soll Baden | so die speise verdewet ist Vñ d̄ pawch zw dem stul gereymiget ist So wermet das bad vñ machet gutte dewung Vñ krefftiget den Magen Ist ab sach. das man Badet Ee die speise verzeret wirt Vñ Ee man zw Stul gangen ist. so geet der dwñst In den pawch Durch den gantzen leychnam vñ glider vñ verferet sie vil sere Vñ macht das blut fawl Vñ der selb mist wirt vñ der hitz des Badens lert indē leybe. vñ mag d̄ mensch darnach mit wol zu stul gen. d̄z auch grossen schadē bringet

### Wie mā sich vor dē bad haltē soll

Constanttinus spricht Ee das man zu dem Bade get So soll man sich vor exercitiren Vñ vben mit bewegen Mit arbeit. Als mit hyn vñ her gen Oder sunst wie man wil



Das der leychnam. vor aller erkücket. vnd erwermet werd  
daruon wirt d leychnam geschickt. dz der schweyß. vñ die  
boß feuchtigkeit hynget. vñ dy pori werde douo geöffent

Wer gern feist wer Wen d badē soll

Auicenna spricht Wer zw Mager ist. vnd gern feyst were  
Der soll zu stund nach dem essen baden | so wirt er feyst. er  
soll sich aber furschē. das Im die pori nicht verstoppt wer-  
den. als vor geschriben ist Wil er sich dauor bewaren. so soll  
er vor Se er In das bad geet Mett tryncken Mag er keyn  
Met getrincken So soll er homig mit wasser temperiren Vñ  
soll em homig tranck trinckē. fur den met Ist aber em mēsch  
feyst. vnd wolt gern Mager werden | der soll nüchtern badē  
Vnd lang In dem Bad beleyben So wirt er Mager.

Von dem Nüchtern Baden

Auicenna spricht Wer Nüchtern Baden wil. vnd besorgt  
dy Rottē Colera. als Coleric | dy hitziger natur sind. d soll  
vor ee das er in dz bad geet etwas subtyles messen. als ein  
hüner prü | oß arbeits prü. oß sunst em wenig begossen brot

Dz mā nicht zu heysß soll badē

Auch schreibt Auicenna Man soll messigklich Badē. das  
ist nicht zw heysß | nach zw lanng Wann von dem. wirt der  
leychnam zw vil erbitzt Vnd wirt kranck.

Dz mā Im dē bade nicht trinckē soll

Auicenna schreybt auch Das man in dē bade nichts trin-  
cken soll. weder kalts wasser. noch keynerley kalte getrāck  
noch nach dem bade Wann zu der zeyt. dy pori. das sind  
die löcher. der hewt. offen sind Vnd die kelten von dem kal-  
ten getranck. vñ teylet sich in das haubt Vnd zu dē hertze  
Vnd in die andern edeln gelider des leychnamß. vnd ver-  
derbt. vnd macht zu nichte Ir Natürliche krefft.

Wie mā sich nach dē bad haltē soll

Nach dem Bad soll man keyn hitzige speys nyessen Als



Pfeffer Knobloch vñ irn geleych Wan dauo gewinnet ein  
mensch ein hechtumb heyst Etica dz ist die Schwindfucht.

Wan mā nach dē Bad essen soll

Auch Nach dem Bade soll man das essen eyn gutte lange  
weyl vertzielen biß sich dy natürlich wirn | wird Innwen-  
dig gesammiet die von der hitz wegen | des Bads | sich auß  
wenndig In dem leychnam geteylt hat Vnd nach dem  
Bad soll man sich hutten wz grober speyß als dan ist mit  
Kind fleysch Schweme fleisch vnd Irn geleych Wann die  
natürlich wirme vnd die bewung etwas von dē Bade ge-  
krencket ist Vnd darüb soll mā nach dē Bad subtyl vñ ge-  
ring speiß messen die leychtügklich vñ gut zuuerdewē sind

Dz mā sich nach dē bad warm soll haltē

Nach dem Bade soll man das haubt vnd den gantzen ley-  
chnam warm haltē Wann die porz das sind die löcher der  
hawt dan noch offen sind Vnd dy außwenndig keltte | get  
hinem in dē leychnam durch die selben löcher vnd bringet  
vil grossen schaden Es ist auch zw wissen Wer das fyeber  
hat den frözer | der soll nicht Baden.

Wie man sich In dem Bad mit  
warmē vnd kaltē wasser haltē soll

Auch ist zw wissen Das man sich In dem Bad | mit kaltē  
wasser nicht Baden soll | biß man wol erschwitzet Das ist  
Biß man schier wil außgen Wann dz kalt wasser an dem  
anfang des Bades verstoppt die löcher der hawt Das die  
vberfluffigkeit | mit mag gantz berauß schwitzen Vnd dar  
vmb So dw In das bad kumst So solt dw dich zw stund  
an gießen mit warmem wasser als warme dw es erleyden  
magst das öffnet dyr die löcher der hawt Porus genant  
Vnd so du auß dē Bad wilt gen So solt du dich begießen  
mit kaltem wasser | dz doch mit zu kalt sey vnd ein wenig  
küler dann log vnd dz erfrischet die glider des leychnans



Die von der hitz wegen | des Bades gekrenckt sind Vnd  
krefftigt den leychnam | vnd treybt die natürlichen wirmie  
die von der hitz des Bades gekrenncket sind Die sich auß  
wenndig In den leychnam geteylt haben wider hyneyn  
Vnd dauō werde gekrefftiget die Inwendigē gelider als  
der magen Vnd dye andern | vnd krefftiget dye natur das  
sie den bösen schweyß treybt von dem hertzen.

Em gemeine kurtze lere vō dē badē

Die Meyster geben eyn kurtze lere | von dem Baden Vnd  
sprechen So du Baden wilt | so bewege dich wz. vnd exer-  
citire dich mit spatziern em gutte weyle. biß dz du erwarm-  
est. darnach gee In das Bad Vnd beleyb an emer kwlen  
stat. vnd erschwitz da vnd laß dich reyben vnd den begieß-  
sen | mit einem warmē wasser Darnach sitz | an em wermere  
stat In dem Bade Vnd darnach aber wermer. Also nach  
emander. ye baß | biß du gleych wol erschwitzest Vnd dar-  
nach wasch dich mit wasser. das mit heyß sey als das erst  
Vnd zw dem letzten | mit emem kwle wasser. das doch mit  
zw vil kalt sey Vnd In dem Bade soll man styll sem. on  
geschrey Vnd so du auß geest. so halt dich warm.

Von dem Wasser Bade

In den Wasser Baden Ist gar gesund zu Baden. so man si  
macht von reynen fussen fließenden wassern. vnd es soll mit  
zu vil heyß sem Man soll darein sitzen. biß vber den Nabel  
Vnd nicht vber die brust das. das hertz nicht zu vnmech-  
tig. vnd zu vil krank werde Das Bad ist vil nutz vnd ge-  
fund dem menschen. der den Steyn hat vnd das grymen  
In dem leyb Vnd sunst zw andern dingen.

Wie mā sich nach dē bade haltē soll

So du gebadet hast. so lege dich in em bet. vñ laß dir dye  
fusse reyben mit Saltz vnd essich. dz macht lustig vñ gew-  
cht die bösen hitz auß dē leychnā Auch in dē badē solt du



dir die fuß lassen schaben mit einem messer an den Solen

Von dē schlaff nach dē Bade

¶ Auicēna spricht Eyn feyster mēsch so er auß dē bade get  
 & soll mit zu stūd darnach essen er soll vor emē schlaff thun

Was ordenlich badē & natur nutz bringet

¶ Allmansor vnd Auicenna sprechen Ordenlichen Badē als  
 hie vor geschriben stett bringet vil nutz vnd hilff dem ley  
 chnam Es macht In fewcht vnd vernewet die löcher der  
 hawt vnd reiniget die natur vñ offnet Porus vnd bringt  
 gutten schlaff Vnd macht subtyl vnd vertreybt wetagen  
 vnd müde vnd schickt den leychnam wol zw der speyse

Von dem vngeordentem badē

¶ So man aber Vnordenlich Badet Das ist zu vil heys zw  
 lang vnd mit vollem Hawch Badet So bringt es die nach  
 geschriben schaden Es verderbt zuerstört vñ myndert die  
 krafft & natur vnd hitzigt das hertz vñ macht es vnmech  
 tig das der mensch sein selbs nicht empfindt Vnd macht  
 vnlustig vnd fullet den leychnam mit bösen fewchtigkeitē

Dasiiii. Cappittel Sagt Von dē aberlassen

Cap. xtu

¶ Der leychnam des menschen bedarff zu der gesuntheit das  
 er gereyniget werd von der vberflusigkeit des bluts Wan  
 so sein zu vil wirt In dem menschen so wirt es corrupirt  
 vnd faule durch eyinander vnd verstopft das geeder Vnd  
 mit namen geschicht das mußigen Lewtten dye vil vnd  
 lustigklichen mit gutter speyse gespeysset werden Vnd so  
 des bluts also zu vil wirt Vnd corrupirt vnd faule wirt  
 durch emander So ist es sach grosser hechtumb Vnd dar  
 umb bedarff man wol Das man wisse wenn vnd wie das  
 ist zu welcher zeyt In welcher maß vnd zu welcher Aber  
 Vnd fur was hechtumb vnd war zw ein ytlicher Mensch



lassen soll. vñ vñ alle dē sagt ditz Capi. nach außweyßig d  
lere. d hochē meister in d ertzney d3 mā mt zu vil lassen soll  
Allmansor spricht Es soll nymāt zu vil lassen Wan dauō  
des mensche cōplex bofer wirt D3 ist d3 der mensch der zw  
vil leß Vñ emer guttē cōplex In ein bofer verwandelt wirt  
Auch wirt d mensch dauō geneygt zu der wassersucht. vñ  
verderbt sem begirde zw essen. vñ kumpt dauō krankheit  
des hertzen|des magens. vñ d Leber. vñ die glyd werde  
Im dan zittern. auch küpt dauō Paralys vñ apoplexia d3  
ist d gech tod. vñ dy natürllich krafft wirt dauō gekrenckt

#### Vñ dē stunden des Ader lassens

Auicenna spricht. das|das ader lassen hab zwu zeyt. dar in  
mā lassen soll Die erst zeit|ist außewelt. dy and bezwüge  
Dy erst stund des adlassens Ist an einē claren liechtē tag  
zu der Tertz zeyt. so dy bewung In dē mensche wolbracht  
ist Vñ der mensch den leychnam vor. mit harn | vñ stul  
wol gereymiget hat. vñ nüchter soll man Ader lassen.

Die and stund des Adlassens ist bezwungē zu grosser not  
turfft. das ist. so mā ye lassen muß vñ des man mit geratten  
mag. als ob einē mēschē die drüsen od pestilentz an stießen  
d mag lassen. zu aller zeit vñ bedarff daran nichtz schewē

#### Von der zeyt des adlassens

Es ist auch zu wissen d3. das adlassen zwu außewelt zeit  
hat in dē iar in dē es dē leichnā. aller meist bequemlich ist  
D3 ist d hbst|d hebt sich an. an sant peters tag. kathebra  
Vñ weret biß auff sant clemētē tag

Em gutte lere  
Etlich lerer Sprechen Man müg nach essens lassen zw der  
Leber. wider die ist Auicenna. der vor in allen mer bewert  
ist Der spricht. mā soll alle mal nücht lassen| auß genomen  
Zu d zeyt d grossen notturfft| als her nach geschribē stett

#### So Lassen verboten ist

Es soll auch nyemant zw Ader lassen So es gar kalt ist.

Thymothaei 2 Sim  
phoriam turg



Oder gar heysß Wann es wer vil schädlich das ader lassen  
Wil em mittel zept habē die weß zu kalt noch zu warm sey.

Das man nicht lassen soll

Auch ist mit vleyß zu mercken vñ zu wissen Das zu stund  
nach grosser arbeit vnd nach grosser hitz nach vnkeusch  
Vnd nach dem Bade Vñ so der mensch laxus ist gewesen  
Das ist so er vil stule hat gehabt mer dann seyn teglich  
gewonheyt ist Vnd so sich der gebrochen hat Vnd nach  
grossen wachen nymant zw der Ader lassen soll Wann  
es bringt totlichen schaden

In welche altar man lassen soll

Auch spricht Auicenna Das nymant lassen soll der vntf  
riih. Jarn alt ist Wem es gesund sey wer oder welches dye  
menschen sind die ader lassen fullen Daun spricht Allman  
for die menschen den ir adern wol vnd preyt sind vnd stor  
tzen Vnd menschen die prawn sein vnd Rott vnd vil fley  
sch haben Vnd die menschen dye vil vnd vngewonliche  
fleysch essen vnd wein trincken vnd die menschen die ge  
wonlich vil geschwer vnd drüsen haben an dem peyn oder  
funst an dem leyb Vnd menschen die das Fyeber oft an  
kumpt die mugen lassen wenn sie wöllen Wer lang krank  
ist gewesen der soll nicht lassen bis er wider gesund wirt

Wann man soll auff hören

Auicenna gibt em lere Wen man auff hören soll vñ spricht  
Wann dw ader lastest so merck auff das blut Ist es dick  
vnd schwatz So laß gen bis es sich verwandelt Ist es ab  
weyßfar Vnd dunne vnd subtyl so laß nicht vil Wan das  
wer em zeychen das dir sem mit not wer lestest du daruber  
vil herauf gen es bringt dir schaden.

Wer nicht Ader lassen soll

Wer einen bosen Magen hat vnd em kalte Lebern den ist  
Ader lassen nicht gesund Vnd sol das meyden.

74 febris minus pre-  
quirit

Schwartz von dick  
plut sal und lassen  
gehen



Auch ist zu wissen Das nymant zu Ader lassen soll Der vnlustig zu essen ist Er soll das Ader lassen verziehen bis er wider lustig vnd begirig wirt. So soll er zu Ader lassen Das bekumpt Im wol.

Em gutte lere vñ aderlassen

Auch spricht Auicenna Das nymant lassen soll an dē fyber/so In das anget Es sey mit kelten oder mit hitz welchs Fieber das seij. das all teglich oder das ander teglich Oder das drit teglich wider die lere thun. vil mensche vñ kumen sem zu grossen schaden

Em gutte lere So du böß blut hast

*nō & Malo amore*

So du böß Blut hast gelassen So solt du darnach als bald mit mer lassen als vil torecht leüt thun. du solt dich speisen Mit subtiler speyse/ dauon sich das blut bessert. Vnd edelt Als gering subtil speise Vnd lawter subtiler wem.

Das mā offt lassen soll vñ wenig

Es ist besser offt ablassen vñ ein wenig den vil zu einē mal

Em gutte lere

Auch ist zu wissen. Das kein trunckner Mensch Soll zu Ader lassen. bis er nüchter wirt.

Auicenna spricht Eyn mensch der geschlagen wirt Oder gestochen oder gefallen ist der soll zu stund zu Ader lassen Das das blut nicht gerat zu grossen schaden.

Wer Aderlassen soll

Wer vil schwitzt Vñ gern schwitzt Das ist ein zeychen Das er des bluts zu vil hat Der soll Ader lassen.

Wie mā sich nach dē ablassen haltē soll.

So der mensch gelassen hat Wie er sich darnach halten soll Solt du wissen. das nach dem Aderlassen als bald nymant schlaffen soll So soll sich auch nymant darnach als bald zu vil fullen/ mit essen vñ mit trincken Vñ darumb spricht Auicenna Der aderlasser soll mit freßig sem Vñ dye



Speyse soll subtil sein vnd dewig sein. Vnd dy macht gut  
blut Nach dē adlassen soll sich nymāt bewegē mit grosser  
arbeit | biß er darnach zwen tag oder drey geruwet Es ist  
gut das der Ader lasser an dem Rücken lig vnd rü | dz ist  
dem blut bequemlich Doch soll er an dē Rucke mit schlaf-  
fen als wz. Von dem schlaff auch geschriben ist.

My Munder dz ho  
doys lare zu dorne

Von dē tag so du lassen wilt  
¶ Auicenna Spricht So dw aderlassen wilt so solt dw auß  
erwelen einen klaren vnd liechten tag

Von dem laß eysen  
¶ Das Eysen Da man dir mit lassen soll Das soll In dem  
wynter grosser sein Dann in dem Summer.

Von dem Lentzen  
¶ In dem Lentzē vnd In dem Sūmer solt du lassen von der  
gerechten seyten An dem leychnam In dem Winter vnd  
In dem Herbst solt du lassen von der lincken seyten

Von dē Jungen menschen  
¶ Dy iungē sollē lassen so dz mo neu ist vñ dy altē so er alt ist  
In welchē monat gut lassen sey

¶ Das findest du geschriben an dē anfang von den Monatē.  
Wen man auff hören soll

¶ So der mensch zu der adern leß Vnd an dem antlitz bleich  
wirt Vnd im der puls krank wirt So soll er auff hören.

¶ Was schadens dauon kumpt  
So man das lassen vber geet

¶ Allmansor spricht So der mensch dz Ader lassen vberget  
zu vil So kumpt douon drüsen geschwere vnd platterē vñ  
Das Fieber Frenesis da ist das byrñ tobig | Vnd etwen  
der gech tode vnd außsetzigkeit. Vnd ander siechtumb vil  
Vnd meret die natur an Jungen lewten Darumb spricht  
ein meyster Der Junge mensch soll messig vñ keusch sein  
Mit essen vnd trincke od soll zu ader lassen od vnkeuschē



1872

Zu welche Aber mā lassen soll

Wie man zu einer yttlichen **A**der **A**n einē ytlichē teyle des  
leychnams für einen ytlichen fichtumb lassen soll. findest  
hernach geschriben von einer ytlichen **A**der befunder.

Von dem hawbt

Das hawbt ist das würdigst an dem leychnam. Vnd dar  
vmb wil ich an dem hawbt an leben.

Von der Aderñ der sternen

Ein Ader ist oben an der Stirnen die ist gut zu lassen für  
grossen alten siechtumb oder wetagen des hawbts ·vñ für  
Frenesim das ist byrntobig vnd vnfring Vnd so ein men-  
sch von semen synnen ist kumen Vnd bringt wider das cor-  
rumpirt verderbt byrñ vnd hilfft für dē Aussätz.

Von dē adern hinter dē Oren

Zwu abern sein Eme hinter dem rechten O2. dye and hinter dem lincken. bede gut zu lassen So inā sie lest. dz macht gut gedechtnuß. das zu latein heyst Memoria vnd reymen dz antlitz lob es malich od fleckig ist Vnd vertreybt dy fluß des haubts. genant Reuma vnd vertreybt dē fluß der zene. Vnd des zan fleysch vnd ist gut zu lassen für all wetag des Munds.

Von den Adern des schlaffs

Zwei Adern sind an dem schlaff Eine an der rechten seytē  
Die ander an der lincken seytē die sind gut zu lassen für  
dē wetagen d̄ Oren für dē fluß vnd groffen wetagē d̄ oren

Von dē Adern in dē augen

Zwu Adern find In den ecken der Augen | bey der Nasen  
Eine an der rechten seyten Die ander an der linckē seyten  
Die find gut zu lassen | fur die duncklen od vmlster d̄ augē



vnd fur dy male d' augē vnd fur dē nebel vnd fluß d' augē

Von den Adern in dē Oren

- ¶ Zwi Adern sind In den Oren Eine in dem rechten Dye ander In dem lincken Die sind gut zu lassen fur das risen Vnd fur das zittern des hawbts Vnd fur dye vnreimkeit Des mundes.

Von dē adern auff d' Nasen

- ¶ Ein Ader ist wnen auff dem spitz der Nasen Die ist gut zu lassen So dem menschen das hawbt schwer ist vnd flusig Vnd ist gut fur den fluß der Augen.

Von den Adern in dē munde

- ¶ Zwi Adern in dē Munde sind gut zw lassen fur die male vnd plattern des antlitz Vnd fur den wetagē des hawbts

Von den adern an d' zungen

- ¶ Zwi Adern sind vnder der zungē So man sie lest so sind sie gut fur die fluß vnd fur dē tropffen vnd fur all wetagē der zene vnd des zan fleysch Vnd fur die drüsen vnd geschwere der kelen vnd des hals Vnd fur den bosen fieber tumb Apoplexia Vnd fur die husten vnd fur wetagen des Mundes vnd der backen vnd der kynstöck.

Von d' adern vnter dē kyne

- ¶ Eyn ader ist vnter dem kyne So man sie lest so ist es gut Fur den wetagen des hawbts vnd der brust vnd fur das kratzen In dem Munde Vnd fur den stynckenden Attem Vnd fur die geschwere In der Nasen.

Von d' Adern an dē Nack

- ¶ Eyn ader ist hynten an dem Nack So man sie lest So ist sie gut fur die tozheyt oder wütten vnd toben die da kübt Von krankheyt des haubts der styrnen vnd des byms.

Von dē adern an dē hals

- ¶ Zwi Adern sind an dem hals Eine wnen vnd dye ander bynden So man sie lest So sind sie gut fur die geschwulst



Des zan fleysch | vnd der kynbacken Vnd fur dye drüsen  
vnd geschwere | der kelen. Vnd zw der Ader soll man lassen  
Mit grosser fürsichtigkeyt.

*Cephalaria*

Von der hawbt Ader

Die hawbt Ader So man sie lest. so ist sie gut | fur allen we-  
tagen des hawbts vnd fluß der Augen. Vnd fur den byn-  
fallenden siechtumb Man mag dy ader lassen. an dem arm  
Oder an der hende Man mag anch zu der ader lassen wen  
es nott ist. vnd so es gut ist. doch befunder vor andern zey-  
ten. ist aller best dy hawbt ad lassen Nonas aprilis D3 ist  
nach de nechste tag sant ambrosy od zwe od drey tag vor

*Nonas april*

Von de Adern auff de Ryppen

Zwu Adern auff den Rippen. der rechten seyten | dye sind  
gut zu lasen. fur dz zittern. vn dz stracke der adn vn der arm

Von der leber adern

*Epatima ad basilica*

Dye leber ader So man sie lest. an dem rechten Arm. an de  
henden | an den vngern. so ist das lassen nutz | zw der Leber  
fur alle vberflüssigkeit. vnd siechtumb der Leber. der brust  
Vnd der Lungen. vnd fur dye vberflüssigkeit der Gallen  
Die da kumbt von der hitze | der Lebern. vnd fur den weta-  
gen der zene Vnd fur wetagen des Rucken der Rypp der  
seytten. vnd aller Glieder Vnd fur das fließen. des bluts  
an der Nasen | vnd fur das kratzen. der hawt Wann sem de  
menschen not ist Vnd so nach dem Monat vnd in dem zei-  
chen gut lassen ist. so mag man zu d Leber lassen Ab befür-  
der. vor andern zeyten Ist an dem aller besten | zu d Lebern  
lassen Nonas May Das ist an dem nechsten tag | nach Jo-  
hannis ante portam latinam zu der Leber ist auch allezeit  
gut lassen. fur das Fyeber | das ist fur den frözer.

*Nonas May*

Von den Adern des Elnpogen

Zwu Adern sind auff den Elnpogen. an beiden Armē Zw-  
den selben Adern lassen. Ist gut fur wetagen der brust. der

*It auff ydem arm sein bey oder zu schlagen auff dem rechten arm lest man  
zu dem hembt die selbige ader legt oben am arm, dennoch volgt die median von  
unter der median lest man die leb' oder, Des gleichen sein auch bey oder am  
linken arm die oberste ist die hembt ad' doch vort die selbige hembt ader  
psten am arm zu schlagen sind und lest sie auff den henden, dennoch volgt  
noch der hembt ader am linken arm die median, und vort der median legt  
die nütz oder die vort von der barbare quant die ful ader*



Lungen vnd so man den Atm nicht leychtiglich gebatē mag Vnd fur den schwyndel vnd fur den Kramppff Vnd fur den binfallenden siechtumb.

Von der median Ader

- Die Median Ader So man sie lest Das ist gut wider alle gebrechen der dewung vnd fur all wetagen der prust des hertzen des magens Des miltz der Lebern der seyten vnd wider all siechtumb der Lungen Vnd zw alle zeytten In dem Jar so gut lassen ist mag man zw der Median lassen Aber befunder wz andern zeytten In dem iar ist aller best lassen zu der Median Monas Septembris Das ist an dem virden tag wz vnser Frawen tag Natiuitatis.

Mediana

Vos Septembri

Von de adern des dawmen

- Zwu adern auff de Dawmē an der rechten hende so man sie lest das ist gut fur wetagen des hawbts vnd fluß der Augen vnd fur alle Fyeber Vn fur das teglich Fyeber.

Splenetia  
no

Vō de kleinē vinger an bedē hende

- Zwu adern find auff dem cleinen vinger an beden henden So man sie lest Das ist gut fur die verstopfung der brust Vnd fur vnlust der speyle oder zu essen vnd fur die Silbē oder pleichen der Augen vnd des antlitz.

Vō dem Gemecht

- Eyn Ader Ist vornen Oben auff des Mannes Gemecht So man sie lest Das ist gut fur dye wasserfucht Vnd fur all siechtumb des Gemechts

Vō de adern vntē an de gemecht

- Eyn Ad ist vntē vñ vornen an des mannes gemecht bey de ppucio So mā sie lest das ist gut fur de kramppf vñ fur de siechtūb genāt Colica passio vñ fur die geschwulst des gemechts vnd fur de hārīn stem vñ so mā mt hārīnē mag

Vō de adern an de dyelbern

- Zwu Adern an den dyelbern vnd zwu an den schimpeynen



So man sie lest Das ist gut fur siechtumb. vnd gebrechen  
der Nieren der plasen. vnd alles yngeweydes. vñ fur emē  
siechtūb heyst Artetica. vnd fur dē siechtūb Podgegra. vñ  
fur das starren des geeders vnd des gantzen leychnams.

**Von dē adern in d̄ knykeln**

**Zwu Adern sind In den Knykeln** So man sie lest Das  
ist gut fur wetagen vnd gebrechen. der Plasen. der Lenden  
Vnd des gemechts. vnd fur all siechtumb | dye da heysen  
Artetica | die starck machen peyn vnd fuß.

**Von dē frawē adern vnt dē enckeln**

**Zwu Adern Inwendig vnter dē Knorren od̄ Enckeln an**  
bedē fussen So mā sie lest D̄z ist gut | den Frawē nach der  
gepurt. das reyniget die Mutter D̄z sie wol geschickt wer-  
den zu empfaben Es ist auch gut dē Frawē Dye ire recht  
mit haben. dē bringt es ire recht wiß Wan dē frawē dye ire  
recht auß bleyben | ee der zeit. dē bringt es grossen schaden

**Von den außern Knorn**

**Zwu Adern sind vnter dē außern Knorn oder enckeln | an**  
beden fussen So man sie lest Das ist gut fur den wetagen  
der Nieren Vnd fur drüsen | vnd geschwere vnd geschwulst  
des Gemechts oder des geschrots.

**Zwu Adern sind auff der grossen zehen | an bedē fussen** So  
man die lest Das ist gut | fur Plattern. vnd mal. vnd fleck  
des antlitz | vnd fur die Rōte der augen. vnd fur dye fluß d̄  
Augen. vnd fur den Krebs. vnd fur dye vber beyn dye da  
wachsen an den schynbeynen Es ist auch gut So die fraw  
en Ire recht zw vil haben.

**Von den clem Zehen.**

**Zwu adern sind auff dē clemen Zehen an beden fussen ge**  
nant die gicht Adern So man sie lest Das ist gut fur den  
Siechtumb der Nieren. vnd beschwerūg der Glider vnd d̄z  
Parley. vnd fur das Gicht | vnd auch fur den troppffen.



Wie du dz blut solt vrteylen

Die vor ist geschriben Wie man Ader lassen soll Vnd von welchen Aderu Nu ist auch nutz zw wissen Wie man an dem blut Das man gelassen hat kranckheyt erkennen sol Dauon solt du wissen so dw gelassen hast so setze dz blut allweg In einen schatten Da es weder zw kalt Noch zw warm sey bis es erkullet vnd gestet darnach solt du es sehen Ist das blut oben weyß gestalt als des mensche speychel das bedewt die husten vnd das der mensch an d lungen siech wil werden oder ist Ist das blut weychselfar so ist die Leber kranck von hitz So es schymet in dem wasser Sa hat der mensch den Stem Ist das blut trucken on feuchtigkeit vn hat manigerley varb als em rots gestreifts tuch So ist d mensch geneygt zu dem siechtumb paralisis So das blut Grün far ist Vnd vil weßrig Der mensch ist kranck on dem hertzen vn on der brust oder er wirt kranck lebet er nicht rats hat das blut em dünne liechte haut der selb mensch ist oder wil kranck werden zwischen hawt vn fleysch vnd grynndig oder kretzig Vnd so körnlein in dē blut schwymen der selb mensch hat oder wil geschwer gewynnen So das blut schön ist nicht zu trucken noch nicht zw fewcht Vnd wer der zeychen nicht hat von den da vor geschriben stet Der selb mensch ist gesund on zweyfel.

Das iiii. Cap. sagt vō dē wullen od preche dz oben zu dē münde geschicht

Nach dē Ader lassen Als da vor geschriben ist So bedarff der leychnam das er germuge werd von vberflusfigkeytē der Natur dy sich samet In dem Orificō Stomachi Das ist Oben In dem Munde des Magens Vnd die Euacuacion Das ist dye reymung die soll zw dem Munde her auß geschoben mit prechen.

Cap. 4<sup>m</sup>

De vomitu



Von der gesuntheit des wullens

Vomitz dz fied  
bis 2 dach fied

Auicenna spricht Eyn ytlicher mensch|der gesuntheit wil pflegen der soll sich dar zw vben Das er sich In ytlichem Monat zwen tag|on emander prech vnd vomittu hab Vn sprich mit namen zwen tag nachemander Was an de erste sich mit dem vomittu| das ist mit dem prechen| mit reymget Das es geschech an de andern tag Vn das gepewt Yporas vnd spricht Dz der vomitus| das ist das prechen den Menschen gesund behalt

Wenn es gut sey

Isto mo fac vomitu

Allmansor spricht Das es gesund sey das sich der mensch In yedem Monat|em mal zu dem mynsten|oder zwier prech Es soll aber nicht nuchter geschehen So dw dich wilt prechen|als vor geschriben ist So solt du manigerley speise essen Dz du gleych wol seist vnd vil trincken Ist aber sach Das du dich mit prechen magst|on wetage so isse dich wol manigerley speyse Vnd trinck vil dar zw Vnd so du von dem tische gest|so trinck eme gute trunck warmß wassers Vnd beweg dich vn lauff hm vn her so bewegst du dich on schmertzen Vnd solt dz thun|nach dem morgen essen

Von seiner tugent

vz 3 coleram

Auicenna vnd Allmansor sprechen das| das brechen das Im der mensch In dem monat em mal selber machet Als vor geschriben ist das bringet dem leychnam vil hilff Es reymget den Magen von bosen schedlichen fewtigkeyten Vnd macht lustig vnd gut dewug vnd treybt auß fletma vnd Colera die bede vil schadens pringen so sie nicht mit dem vomitu genant das prechen auß getriben werden Der vomitus macht das schwer hawbt leycht vnd geryng so man thut Als vor geschriben ist Vnd macht dye Augen klar vnd lauter vnd ist nutz dem In des magen Colera ab get Vnd die speyse verderbt Vnd ist gut fur dy geschwere

It em 3p her de vomitu Et p wach fied d alendo mltu finge e medio t vomie  
t refugerat te t no adducti corpi tu infirmitate



Oye da werden an den Nieren vnd an der plasen vnd ist gut fur die aufsetzigkeit vnd bose varb. Vnd fur dye verstopfung des magen Vnd ist auch gut fur das zittern des leychnams Vnd fur das Paralisis.

Wem das prechen gut sey

Der Vomitus das ist das prechen od vndewen Ist aller meist nutze vnd bequemlich den die da Colerici sind wo der natur vnd mager Der vomitus des zu vil ist vn geschicht der schadet sere Es macht den leychnam trucken vnd dur Vnd schadet dem magen den augen der prust der leber vn der lungen Vnd zwayssset das geeder In der prust.

Eyn gutte lere fur dz vndewen

Wer sich aber zw vil pricht der soll gedennen das er vast vnd vil schlaff das hilfft In vnd soll pflaster machē vñ dē magē vñ hitzige dinge als kumel vñ sem gleich hilfft dz mt so soll er milch vñ wem warm durch emans trinckē

Wie mā sich damit haltē soll

So der mensch sich prechen wil als vor geschriben ist So soll er die augen zw haben mit einem tuch das nichts ber auß fließ vnd soll den pawch zw pynden mit einem lynde tuch vnd senfft das er mt sere gepunden sey.

Wie mā sich darnach haltē soll

Wie man sich halten soll als man sich gesprochen hat Da von solt du wissen das gut ist nach dē prechen lang vastē biß die begir zw essen starck wirt vnd vast lustig nach dē prechen sind gesund leycht speyse die schier verdewet sind Als klem Vogel oder sunst leycht speyse So sich der mensch pricht als geschriben stet So soll er darnach messiglichen vnd kwele badē Nach dē prechen soll d mensch ruen vnd on arbeit sem vnd soll wasser vnd essig durcheinand mischen Vnd soll das antlitz vnd den munde damit waschen das gewicht Im die schweren vnd bosen dwinsten auß

Man soll sich warmen

Man soll sich warmen



dem hawbt Vnd er soll sich hwtten|vor trincken.

Sechst

Das funfft Cappittel sagt von Cristiren

Auch solt du wissen Das dy natur des menschen bedarff  
zw der gesuntheit etwen einer euacuacion|vnd reymung  
Das ist Cristiren von dem spricht Auicenna Das es gar  
em heylsam edel ertzney sey vñ treyb alle vberflussigkeit  
8 oberñ edelñ glider|an dē leychnam auß Als des haubts  
des hertzen Vnd der andern nutzlichen |vnd gesuntlichen  
glider Darumb soll sich nymant dauor fürchten|wann es  
em edele nutzliche ertzney ist|vnd mag sie on allen schade  
nemen Wie man sich aber Cristiren soll Da soll man em  
getrewen Artz rat haben|das cristirē ist gesund dē nyem  
der plasen vnd für die bosen Colera vnd ist nutzlich allen  
oberñ gliderñ an dem leychnam|als vor geschriben stet.

Von dem Lufft

Auicenna spricht So es lang vnd vil geregnet hat|dauon  
so wirt der lufft vermischet So solt dw gutten wem messig  
lich trincken das temperirt vnd vertzert den bosen lufft.  
So der lufft vermischet vergifft|vnd boß ist Als so es vil  
nebelt vnd regnet vñ so es kalt ist so es warm soll sem so  
solt dw em rawch machen In deinem gemach Da du In  
wonest vnd schlaffest|mit wocholter stawden|das ist gar  
nutz für bosen lufft Auch solt dw dich mit fleyß hwtten  
vor gestanck vnd vor bosen rauch Wan er corrupirt vnd  
verwandelt die gantzen Natur.

Wie mā sich in dē bosen lufft halten soll

Auicenna spricht So der lufft vermischet ist so ist gut|das  
man essig in der speyse nyß vnd in die nasen streych vnd  
dar an ryechen soll das verztet den bosen lufft|vnd dz ist  
besunder gut|zw der zeyt der pestilentz.



Das dritteyl diß buchs sagt vō der  
pestilentz In dem ersten Cappittel

Cap. i<sup>m</sup>

Das dritteyl ditz buchs sagt vō dē siechtagen Epidimia  
oder pestilentie. das ist gesprochen zw tewsch der gemeyn  
sterben. so die menschē gememlich an dē drüsen. od platten  
sterben. Vnd ist geteylt in drey teyl Das erst sagt. wie mā  
sich halten soll mit allen sachen in der zeyt des gebrechens  
Das ander sagt von etlichen aderlassen vnd ertzney der mā  
pflegen soll. Ob man mit gottes hilff. vor dem gebrechen  
sicher wil sein Das dritteyl sagt ob einen menschen der ge  
brech an stieß wie vnd wo man dafur lassen soll. vñ was  
man nach dem lassen thun soll. von den sachen ditz siech  
tums nach gememen lawffen der natur | schreyben die na  
turlichen meyster. das er gememlichen kum. von der vermi  
schung des luffts | mit sawlen vergiffte dwnsten vnd feu  
chtigkeiten. das etwē geschicht vō dem lawff der planeten  
etwen von dem ertrich In dē die fewchtigkeit vergift wer  
den | da krewtter vnd fewchtigkeit von kumen. dauon men  
schen vnd tier die das nyessen | vergift werde. vnd auch dy  
bösen dwnst dye da gen | auß der erden dye vergifften vnd  
vermischen den lufft. von dem furbaß dy menschen vergift  
werden So nw die fewchtigkeit dye in der erdē vgeschlossen  
sein vergift sind. dauō wirt dz wasser. das durch die erdē  
flewset vergift. das vergiftet die lewt vnd tier. dye das  
trincken Also sind manigerley sach ditz siechtumß. dauon  
vil zw schreyben were Darumb laß ich es vnterwegen vñ  
kum zw dem ersten ditz tractats Der sagt wie sich dy lewt  
halten sollen In der zeyt des gebrechens nach außweyß  
ung der lerer vnd meyster der ertzneyen  
Zw der zeyt So die pestilentz regnyrt | soll mā fliehen allē  
trüben vnd fewchten nebel. vnd schmeckenden lufft. vñ vor

pestilencia misa

preservativa



warmem vnd fewchem lufft. soll man sich bwitten. vñ soll  
eyn stat außeweln. ob man mag da frischer. vnd truckner  
lufft sey. vnd die stett soll man fliehen. da die mensche ster-  
ben. das haben die kochen meyster fur ein besunder ertzney  
Wan der siechtumb handig vnd kleybig ist. vnd kumbt  
ein menschen. von dem andern an leychtiglichen. mag man  
aber nicht gefliehen. So soll mā in dē wonungen vnd heu-  
sern vñ kamern. den lufft temperiren mit grossen pyrmēde  
kolen die mit riechen des abents. vnd des morgens. darem  
soll man legen wachalter stawden ein wenig od rosmarin  
Vnd dy kolen sollen nicht groß hitz geben. Si fullē allem  
den lufft temperiren. Man macht gutten rawch vnd lufft  
So man legt in das feur Aloes Ambiam oder Weprawch  
Byssam Storax Landanū Costū Negelem Mastix terbētū  
Saffran Cybress Lorber Tymian. dise ding kennet man in  
der Appoteken. 8 ytlichs besunder. od ir ein teyl temperirē  
den lufft. vnd machen den lufft gut. die wonūg da man in  
wonet. soll mā rein halten vor allem bosen vnd vbeln rauch  
vnd geschmack. vnd soll sie offft besprengen mit essig vnd  
mit rosen wasser. Vnd so man des morgens. auß dem haus  
wil gen. so soll man mit auß gen. dye Sonnen sey dann vor  
ein gut weyl auff gegangen. Wann die reymget den Lufft  
Vnd man soll in der hende etwas wol riechendes tragen  
Vnd fur den mund. vnd fur die nasen haben. Dauō findest  
du hernach geschriben. In dē andern teyl von den ertzneyen  
Vnd man soll sich bwitten. das man dē nicht nachent bey  
gee. dye disen gebrechen haben

Zw der zeyt. soll man sich mit essen vnd trincken messig-  
klich haben. Vnd dye speyse sollen subtyl vnd dewig sem  
von natur getemperirt. mit zw hitzig noch zw kalt. nicht zu  
trucknen. noch zw fewcht. das mittel vnter den ist das best  
nach der ordnung. Als sich eyn mensch von natur selber

frung sit ist mo

De Libo et potu



erkennet. das brot soll mā wol gepachen| wol schmeckent  
 essen Vnd das soll eins oder zweyer tag alt sein zu 8 zeyt  
 der pestilenz| mag mā wol allerley vogel essen. die da iung  
 sind außgenommen Gens Enntten. vnd ander wasser vogel  
 die soll mā meyden. frisch weych eyer mag man wol nutzē  
 Jungs Lambfleysch Zygen vñ Castraun sind gesund. dz  
 ander als schweine fleysch vnd Rūfleysch soll man meyde  
 Was von Jungem wilpret ist. Das mag man wol nyessen  
 Das alt soll mā meyden Gebratten speyse. sind zu der zeyt  
 besser vnd gefunder den die gesotten Wan sie machē mynd  
 fewchtigkeit Geschūppt visch auß frische wasser. die mag  
 man essen. sind boßer gebratten den gesottē. die andern soll  
 man meyden Alle Krewtter sind zu essen nicht gesund auß  
 genommen Mangolt vnd penath mag mā ein wenig messen  
 Erbeyß vnd pon vnd solch gemüß soll man mit vil nutzen  
 Oppffel pyern vnd allerley newer frucht. soll man meyden  
 roch zu essen Guttē claren wem. der mit zu new. noch zu alt  
 ist. gemischet mit guttem prun wasser das mit zu kalt noch  
 zu warin ist. soll man messiglich trincken man soll sich hü  
 ten vor schlaffen bey dē tag. es sey den dz sich 8 mēsch des  
 gewenet hab. so mag er kurtz an einer kolen stat schlaffen  
 Nach dem abent essen. soll man mit zw stund schlaffen geen  
 Als lang biß sich die speise in dem magen geletzt So man  
 des morgens auff stet. so soll man sich vben zw dem stul vñ  
 zw dem harin. vnd den gantzen leychnam vberall kratzen  
 vnd reyben. dauon gen die. bößen dwnst auß Vnd soll sich  
 reymigē zu dem mund. vnd zu der nasen| mit auß werffen dy  
 vberflusfigkeyt Man soll sich bwitten. vor vnkewisch zorn  
 vnd trawzigkeit. vnd vor grosser arbeit. wann sie dē leychnam  
 entzunden vnd schicken zw empfahen den gebrechen  
 Vor hitzigen Baden vnd vor gememen baden. soll mā sich  
 bwitten Wann das gar schedlich ist zu der zeyt.



Das ander Cappittel Sagt von  
der Ertzney wider die Pestilentz

Das ander teyl ditz buchs sagt. von der ordnung der ertz-  
neye mit der man sich| von dem siechtumb bewaret Von dē  
schreybt Galienus in dē buch wō den vnterscheydē d' syeb  
Vnd spricht also So man den leychnam wil bewaren vñ  
behwtten| woz disem schedlichen siechtumb. vnd gebrechen  
der pestilentz. sind all lerer | der Ertzneyē gememlich vber  
ems das man den leychnam. wa der sterb od' die pestilentz  
an hebet zu stund mit laxatiuen. das ist mit austreybenden  
Ertzneyen fulle purgiren. vnd rem halten woz vberflus-  
sigkeitē| nach rat ems getrewē Artzts der dz wol kan. wān  
sie gleychē disen siechtumb emer vergifften materie dy zu  
geleych weyse| als dz fewz mit bynnet. den da es holtz| od'  
materie findet Vñ darūb spricht Galienus. die leychnā dy  
wol sind. zu. stund. so der lufft vergiffet wirt| als hie woz ge-  
schriben ist. so werden sie vergiffet. vnd empfaben grossen  
schaden Welch leychnam aber lere vñ gereymiget sind. die  
empfaben keynen schadē| oder gar klemen. vñ werdē ley-  
tiglich dauon ledig Vnd darumb spricht Auicenna. an dē  
ersten| sems vierde In dē Cappi. wō dē siechtumb d' pestilentz  
Oder des prechē. das die gereymigtū leychnam nichts od'  
wemig dauō leydē So nu der leychnam | als yecz gesagt  
ist. purgirt ist sind etlich ertzneyen. von den dye Oeyster  
schreybē. die mit gätzer gewalt vñ krafft wid' dē siechtūb  
sind| vñ In vertreybē die man alle tag. od' zu dē mynstē vñ  
den andern tag messen soll. der sind dreyerley Als hie nach  
geschriben stet

Die erst sind pillule gemacht. von mirrē Saffran vñ Aloe  
Vnd Polo armeno. vnd heissen gememlich Pillule Pesti-  
lenciales | als die Appotecker wol machen können. vñ der

Laparo dz sy

pill pestilenciales  
pund pferment



soll mā messen. des morgens frū dreü| vñ darnach ein trück  
gemischts weins thun Wer ab ir mit geschlimbē mag | d̄ zu  
ertreyb sie| mit ein wenig gemischts weins | vñd trinck sie.  
Von dē spricht Rasis d̄ hoch meister. das er nye vernūmē  
hab. wer diser Ertzneien pfleg Das der von der pestilencz  
schadē neme. ob es in an kūbt. er wirt leychtiglichē ledig  
Vñd so man sie hat genossen. So soll man drey oder vier  
stund. darnach vasten.

Die and̄ ist Triackers der gut vñ gerecht ist. des soll mā  
frū nüchter In emē wenig gemischts weins| als ein clem  
basel nuß trincken Vñd darnach vasten funff stund. od̄ so  
man lengst mag Davon spricht Der meyster Auicēna Wer  
dē neußet. als hie geschribē stet. d̄ wirt sich vor d̄ pestilentz  
Die dritt ist Bolus armenius. vñd terra sigilata. Bolum ar  
menū| loben die meyster Rasis vñd Galienus. Das er gar  
nutz sey. so man sein newßet. als groß. als ein haselnuß ge  
schabt in em wenig essig gemischet mit wasser Auerzois d̄  
meyster lobt bolū armenū. vñ terra sigillatā. so mā sie clem  
stosset durch emand̄| eins als vil. als des andern. Vñd des  
puluers des morgens nücht ein clem löffeim wol trincket  
In emem wenig gemischte wem Vñd spricht Auicēna. d̄z  
es bewert sey | das vil menschen. der pestilentz genesen sind  
Die dise ertzney als zu stund darnach geschribē stet messen  
Die drey vor geschribē ertzney. ye ir eine. eins tags. dy an  
der an dem andern tag. die dritten an dem dritten tag Vñd  
das soll mā thun| die weyl der sterb oder dy pestilentz wert  
Vñd mag man ir aller mit gehalten Welchs man dann ge  
haben mag. das soll man messen Wann sie sunst nyemant  
scha den. vñd sind für die pestilencz. vber alle ding nutz. dy  
Ertzney sind in der Appotecken all wol bekant.

Dise nach geschribē Ertzney ist bewert. so man sie newßet  
zwir oder drey stund In der wochen Vñd hab das selber

2m pffnatum ist  
Triacker

3m pffnatum ist  
Bolus armenij

profermatum opatu  
p/bis a ter pntum  
Adornoda



Item remediu 5 pestilenz  
Mencio sit de isto  
puluer ita yfud  
figura 1 Ot

versucht Vnd vil menschen darmit geholffen Man soll ma-  
chen In der Appotecken ein puluer von disen nach geschri-  
ben dingen Nym Bibenellen wurtzen Toimentillē wurtze  
yeder ein vnntz Schelfn von Citzo zwey quintem Terra si-  
gillata anderhalb vnntz Saffran ein quintem Mastix drey  
quintem Süßholtz ein vnntz Zuckers ein virdūg auß dē  
allen heys dir ein puluer machen Das mag mā on schade  
alle wochen drey stund messen ye ein halben löffel wol des  
morgens frū nüchter In einem wenig effichs Wer aber dē  
menschen die pestilentz an gestossen So soll man im wz zw  
der adern lassen als hernach geschriben stet Vnd zw stund  
nach dem lassen ditz puluers ein bestrichen löffel wol geben  
Vnd triacker dar zu nemē als ein haselnuß Vn dz durch  
einander zw trincken geben In einem Rosen wasser Das  
hab ich selber vil bewert Vnd hat geholffen.

Zw der zeyt der pestilentz soll man in der hend tragen eine  
wol gemachte Bisem appfel mit Ambria citzo als die appo-  
tecker kunnen machē Vnd so mā auß wil gen So soll mā  
offt dar zu schmecken das krefftigt das hertz vnd dz birn  
Auch soll mā in der zeyt ye in zweyen Monatten einmal  
lassen oder zwir vnter dem enckel oder knozn Inwendig an  
den füßen Das ist gut Wer es vermag Der trag einen kar-  
funckel oder einen Rubin an der hend der vertheybt mit sei-  
ner krafft vergift vnd bösen lufft

Mencio zafon

Cap 3m

Das drit Cappittel sagt von dem  
Aberlassen für dye Pestilenz

Das dritteyl Ditz Cappittel sagt wō dē aber lassen So die  
pestilentz den menschen ist an gestossen Vnd dauon schrey-  
ben dy meyster der ertzney als dan wz geschribē stet Dye  
Pestilentz an dem menschen Ist vergift kalte vnd fawle



fewchtigkeit|die vnter weylen|mit dem atmen etwen mit d  
 speyß kumbt in den menschen|vnd kumbt in die Adern die  
 Ir hawbt haben vnter den vchsen|oben bey den peimē bey  
 den gemechtē In die selben adern·die ader des hawbts·vñ  
 des hertzen fließen Vnd so dye vergifft fewchtigkeit·also  
 in dem geblwet vnd fleysch verwandelt wirt·als ander na  
 türlich fewchtigkeit|so sicht die natur dawider|vnd will si  
 austreyben·vnd treybt sie auff vñ mder|an die stet·da die  
 adem ir hawbt haben·vnter dye vchsen vnd an dye peyn  
 bey den gemechtē·vñ zuerpleent vñ zuerdenent dye adern  
 Also das ein druß oder pewel da wirt Ist nw sach das die  
 Ad·daselbst so weyt wirt|das dy bösen fewchtigkeit|dy  
 die natur dahin treybt|gantz darein mag kumē·so wechs  
 die druß vnd schwyr|vñ geet auß·so gewirt dē mensche  
 mit So al dy vgifft fewchtigkeit an der stat|mcht mag be  
 griffen werde|so lawfft sie durch die adem|auff vnd mder  
 Vnd vergifftet das blut·vñ lawfft zum ersten in dy haubt  
 adern|zu dem hyrn vnd sucht außgang vnd vergifftet·vñ  
 beschedigt das hyrn|vnd das ist die sach·des grossen we  
 tagen des hawbts an den·die|dy pestilentz haben Vnd so  
 dye natur also streyttet·wider dye gifft Vnd wil sie auß  
 treyben|dauon wirt die böß materie hitzig vnd vngesund  
 Vnd dauon kumbt dem menschen grosse hitz So ist dy ma  
 etrie·von natur kalt·vnd keltet das blut·das gepyrt den  
 dem menschen groß kelten in allermas·als ob er den frözer  
 oder das Fieber hab So dise vergiffte materie kumbt zu  
 dem hyrn So treybt sie die natur·zu hilff dem haubt·dauo  
 an dy stat|da das hyrn sem emittoria hat·das ist hnt den  
 Ozen oder an dem hals da wirt den em druß oder blater·so  
 man des empfindet soll mā gleych zu stund |on alles mitel  
 Se das·xxiij·stund vergeen zu der ader lassen Wann nach  
 xxiij·stunden hilfft das aderlassen mcht mer darfur|es ist

Minus d. p. infra  
 24. h. p. p. p.



vil mer schade Von der hawbt adern an der selben seyten  
da der schad ist. ein gut teyl vnd vil soll man lassen Wann  
Galenus spricht Das fur dye Pestilentz wenig lassen be  
wegt dy materie vnd töttet den leychnam Aber vil lassen  
schöpffet sie auß vnd machet den leychnam gesund Man  
bedarf weder alten noch newen Mon schewen Man soll  
zw stund lassen Wann dye materie ist so boß vnd vergifft  
Ob man der natur mit eylet vnd zu stund zw hilff kumbt  
mit dem lassen So nymbt der mensch schaden dauo So ab  
dy vergifft materie kumbt oder flexset zu dem hertzen vñ  
die natur dem hertzen zu hilff wider die materie streyt vñ  
treibt sie zu den emittorien des hertzen das ist vnter dye  
vchsen Vnd so man empfindet das da ein Apostema oder  
drüß wirt so soll man zu stund als vor von der hawbt oß  
als geschriben stet lassen. An der selben seyten da es an ist  
zw der Median das ist zw der hertz ader So aber die mate  
rie in die adern flexset zu der leber so wirt ein Apostema  
oder ein drüß an den peynen. pey den gemechten da der le  
bern emittorien ist So soll man zw stund on alles verziehe  
An der selben fuß vnter dem enckel lassen Oß mā soll lassen  
dy ader auff der grossen zehen als dann vor geschriben stet  
Auch ist zu wissen vnd gar vleyffiglich zu mercken ob ein  
Apostem das ist ein drüß oder plattern wirt an dem hanbt  
Ober an der prust vnter dem hals vnd ob dem Nabel oder  
vnter dem nabel Welcher seyten es dan neher ist von oß soll  
man lassen als vor geschriben ist Ist es an dem hawbt so  
soll man lassen von der hawbt adern an der prust Oß vnter  
den vchsen von der median an den peynen vnd vnter dem  
Nabel von der adern vnter den enckeln.

4 von man sel lassen

4 von man sel lassen

Item

Iste puluis stat in  
Iste puluis stat in

Item So man gelassen hat als geschriben stet So soll man  
zw stund eins quinten schwer. oß ein clem löffel vol des pul  
uers das in dem andern teyle von der Ertzney geschriben



stet. zw trincken geben| in einem Rosen wasser. das verzeret  
vnd vertreybet| das vbrig der giff| das mit dem aber las-  
sen| mit möcht hängen Oder man soll nemen Tormentillen  
Bibenel| dy czwu wurtzeln| einer als schwer| als der andern  
Vnd soll puluer darauff machen| vnd des ein quintem oder  
ein löffel wol So man gelassen hat. so soll man das in rosen  
wasser trincken| dar zw mag man ein wenig triackers thun  
Die wurtzen haben die krafft| das sie alle vergifft| verzerē  
Vnd mag man sie alle drey| nicht gebaben So mag man ir  
eins allem| od ir zwey messen| dz han ich selb versucht vñ  
bewert dz es nicht hat gefeilet| es hab geholffn| Wer es ge-  
wagen toist| wenn eine dy druß| oder Apostem an styeß  
Das er es mit einem laß eyßen od heysen. eyßen ließ hauen  
Vnd pünde dan darauff geschnyttten rettich wurtzeln| dye  
selb zeucht die böß en materie| sichtiglichen auß. das man  
siecht| dz die weysen wurtzen. schwartz wörz werde da von  
sem vil menschen genesen Vnd gesund worden.

*Alus zmedn  
9 pestilen*

*Cassany Ripponat*

¶ Wen die Pestilentz an stostet| der soll sich ordenlichen hal-  
ten. vnd gerynge leychte speyß nyessen. als verlorne Eyr  
außer essig vnd Agrest| vñ Jung bennen gesoten. da essig  
bey sey Vnd soll lauttern wem trinckē| der nicht zw stark  
sey| vnd gemischt dise ding sind nütz zw der zeit.

¶ Wer diser woz geschribē lere| wō d pestilentz mit fleiß wolget  
vnd mercket. vnd sich darnach regirt| dē schadet sie nichts.

Das hat gedruckt Fridrich Crewßner zw Nürnberg



Large body of water, and many  
smaller ones, and many more  
than I have seen before. The water  
is very clear, and the bottom is  
very smooth. The water is very  
warm, and the sun is very hot.  
The water is very clear, and the  
bottom is very smooth. The water  
is very warm, and the sun is very  
hot. The water is very clear, and  
the bottom is very smooth. The  
water is very warm, and the sun  
is very hot. The water is very  
clear, and the bottom is very  
smooth. The water is very warm,  
and the sun is very hot. The water  
is very clear, and the bottom is  
very smooth. The water is very  
warm, and the sun is very hot.

The water is very clear, and the  
bottom is very smooth. The water  
is very warm, and the sun is very  
hot. The water is very clear, and  
the bottom is very smooth. The  
water is very warm, and the sun  
is very hot. The water is very  
clear, and the bottom is very  
smooth. The water is very warm,  
and the sun is very hot. The water  
is very clear, and the bottom is  
very smooth. The water is very  
warm, and the sun is very hot.

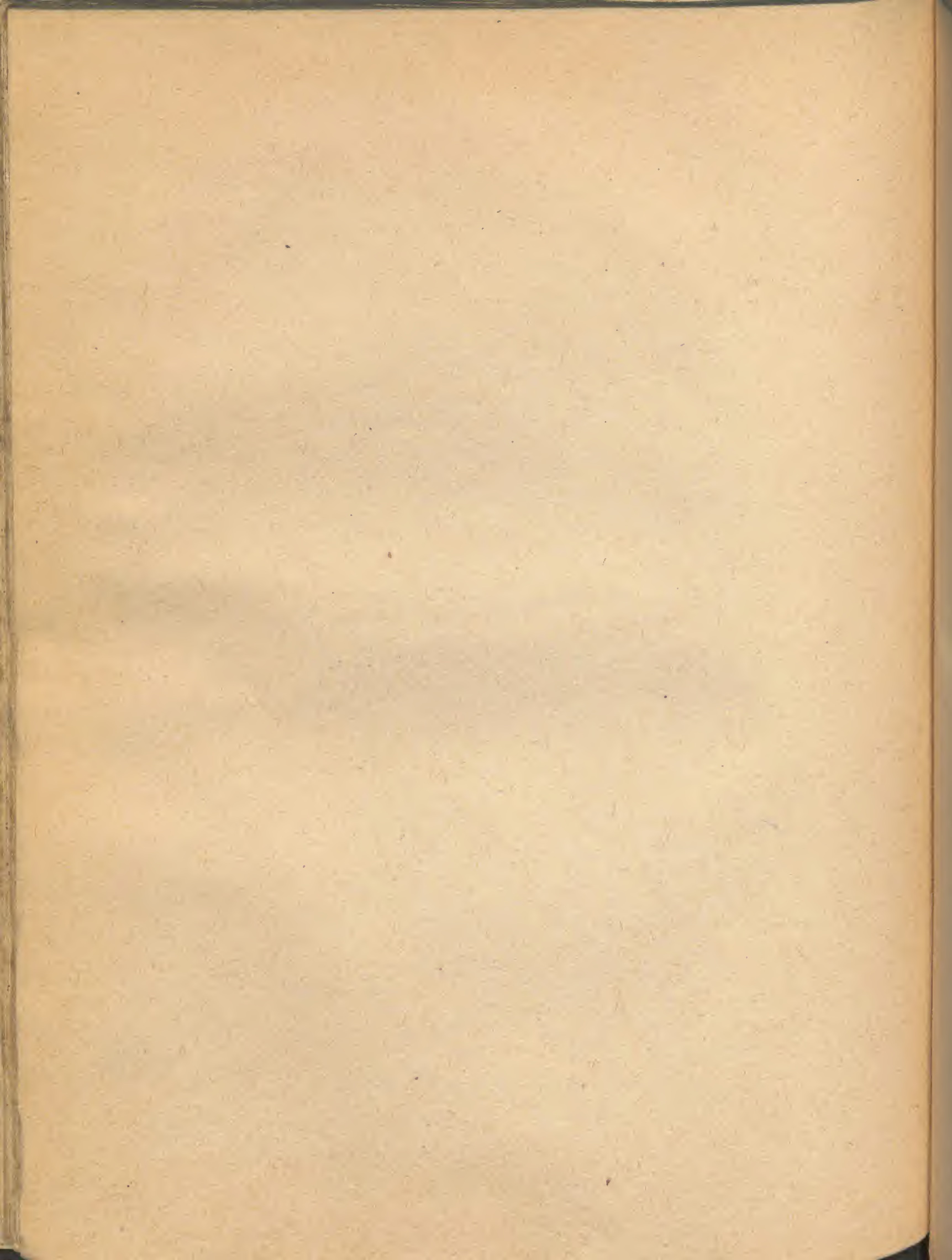
The water is very clear, and the  
bottom is very smooth. The water  
is very warm, and the sun is very  
hot. The water is very clear, and  
the bottom is very smooth. The  
water is very warm, and the sun  
is very hot. The water is very  
clear, and the bottom is very  
smooth. The water is very warm,  
and the sun is very hot. The water  
is very clear, and the bottom is  
very smooth. The water is very  
warm, and the sun is very hot.

The water is very clear, and the  
bottom is very smooth. The water  
is very warm, and the sun is very  
hot. The water is very clear, and  
the bottom is very smooth. The  
water is very warm, and the sun  
is very hot. The water is very  
clear, and the bottom is very  
smooth. The water is very warm,  
and the sun is very hot. The water  
is very clear, and the bottom is  
very smooth. The water is very  
warm, and the sun is very hot.





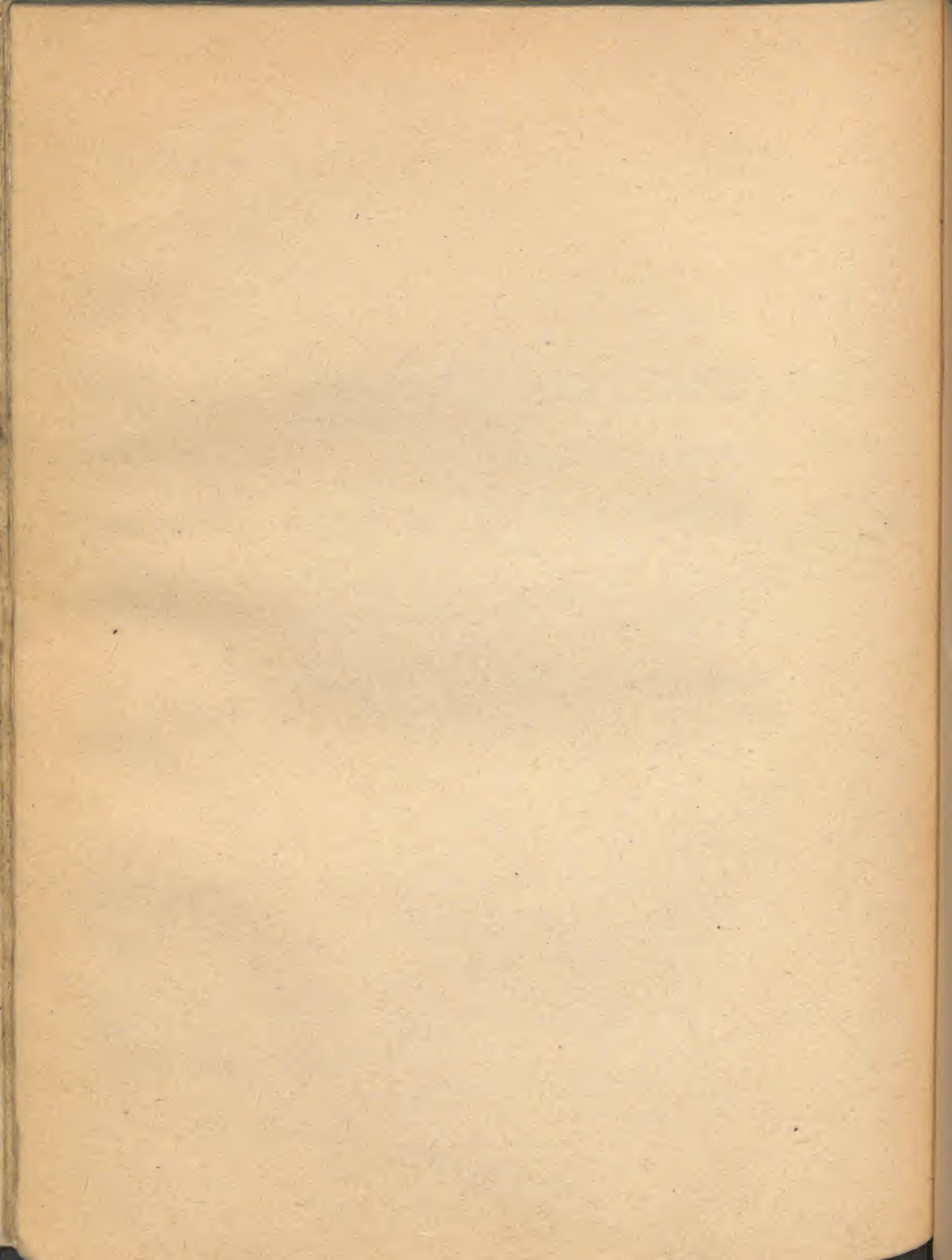








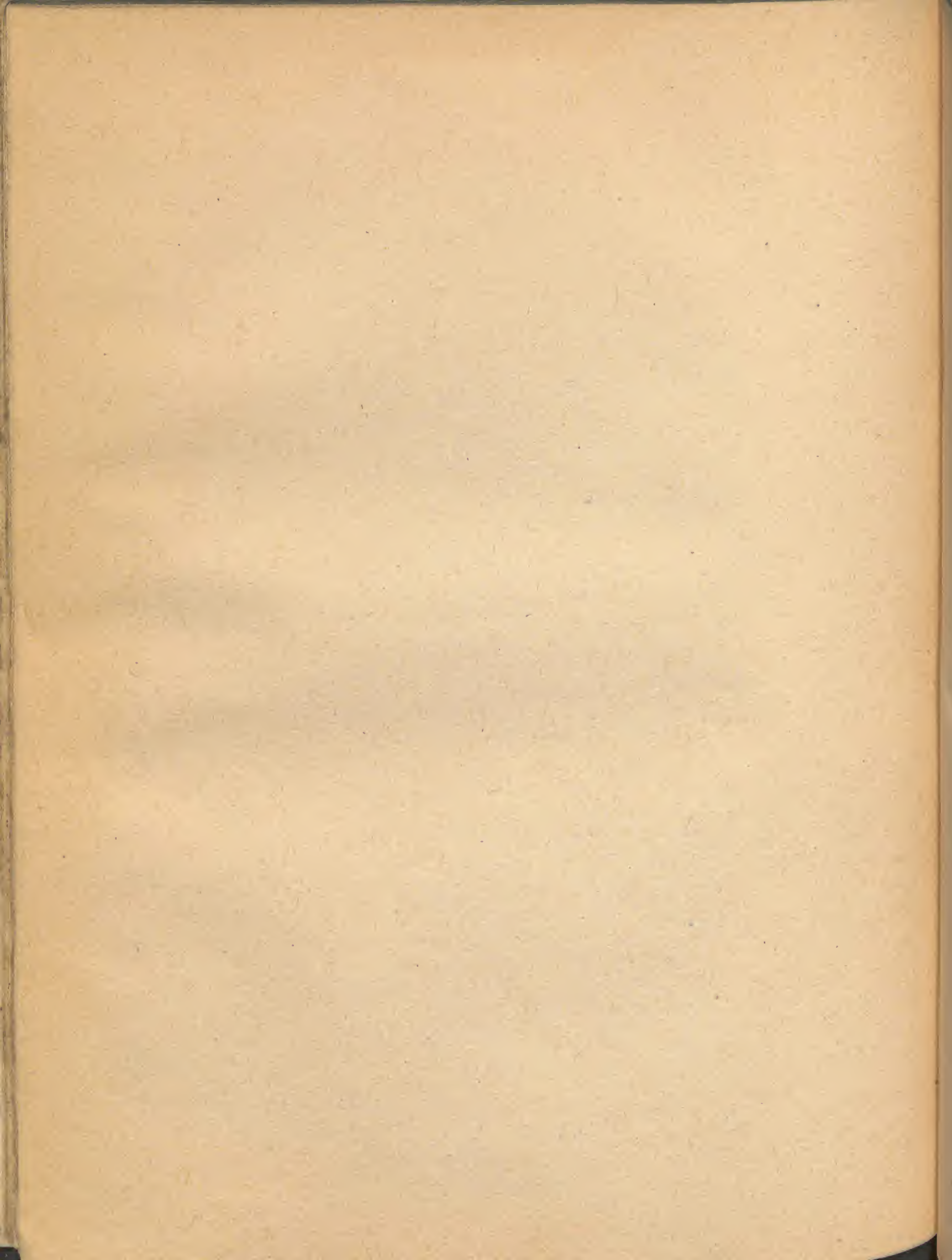








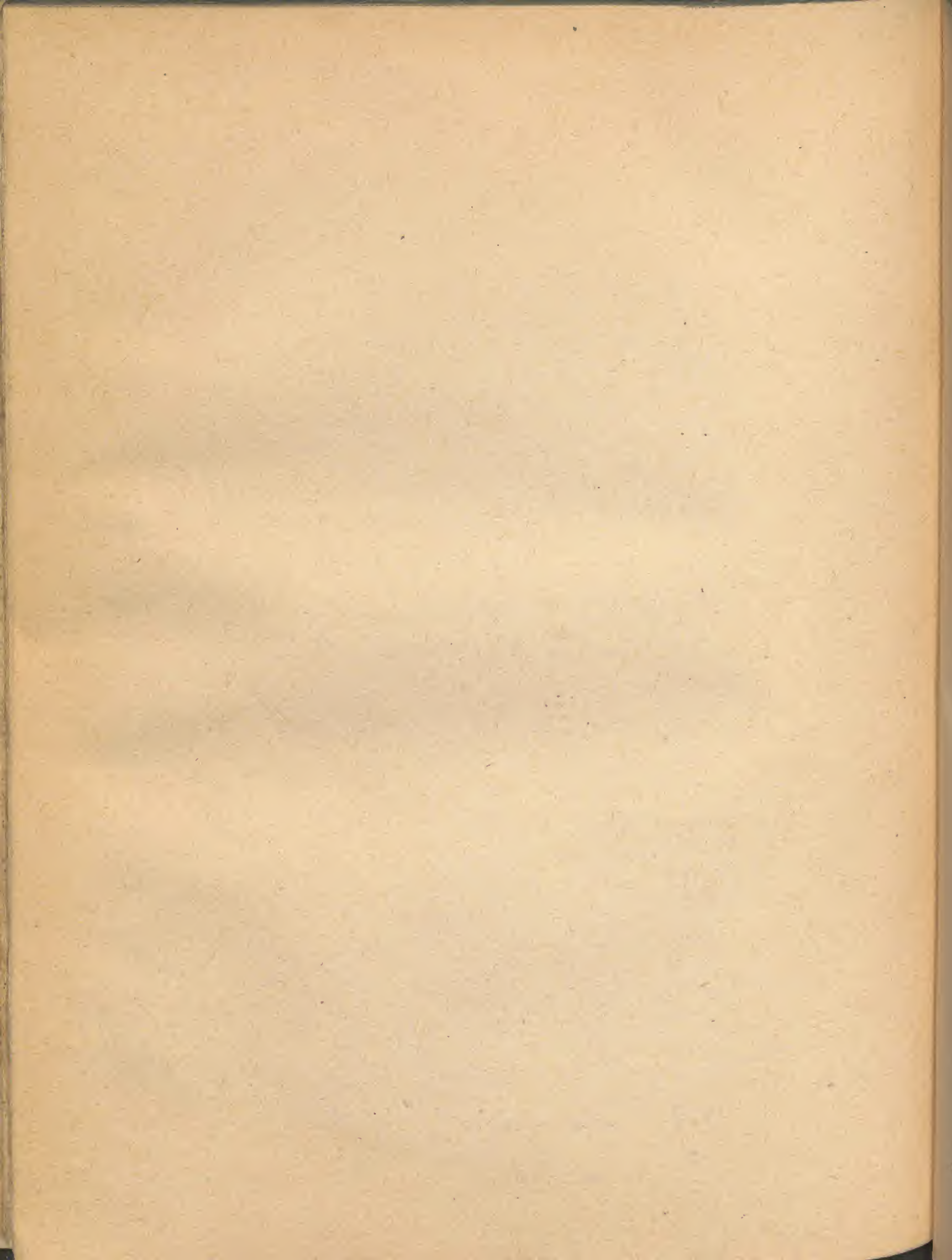




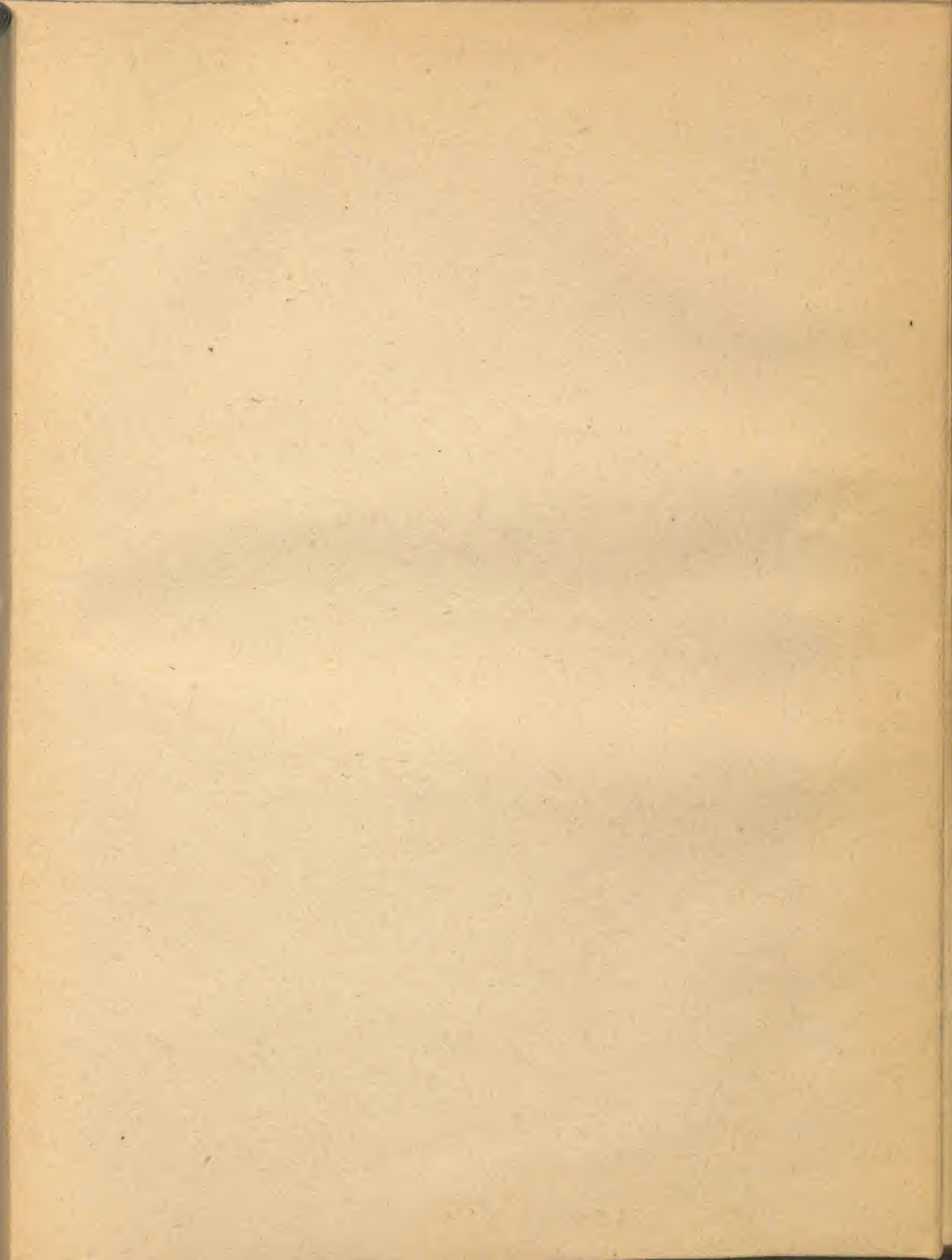








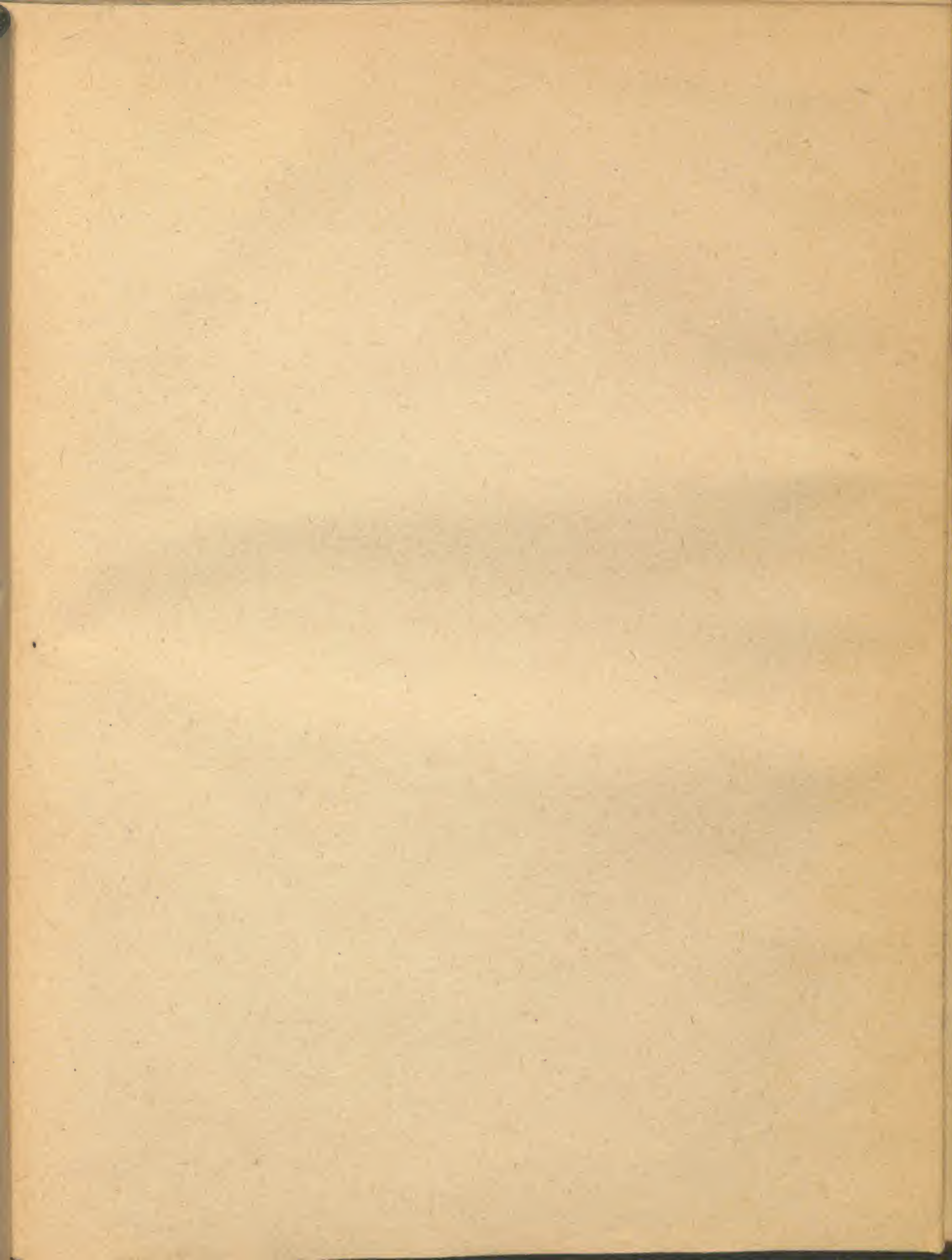




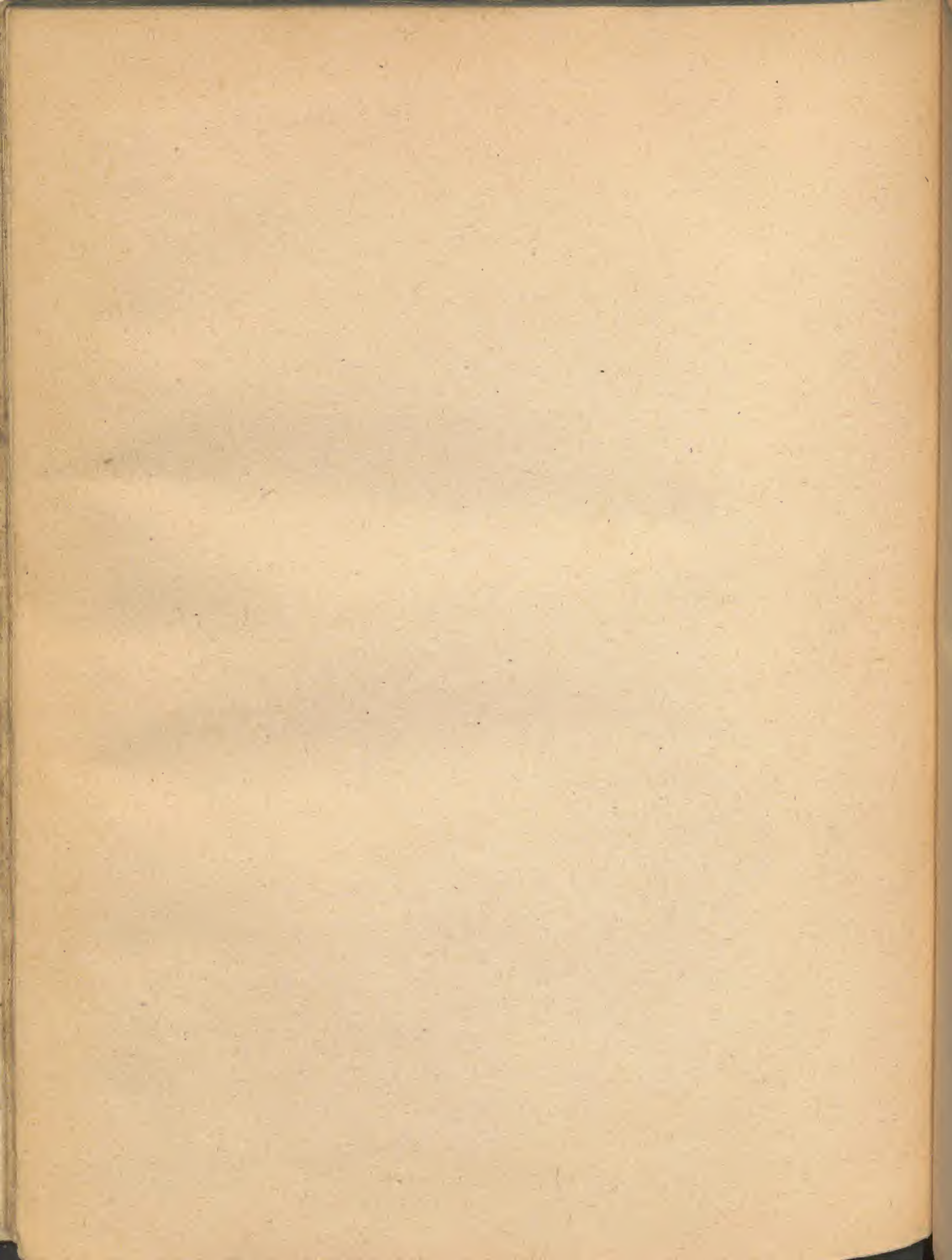




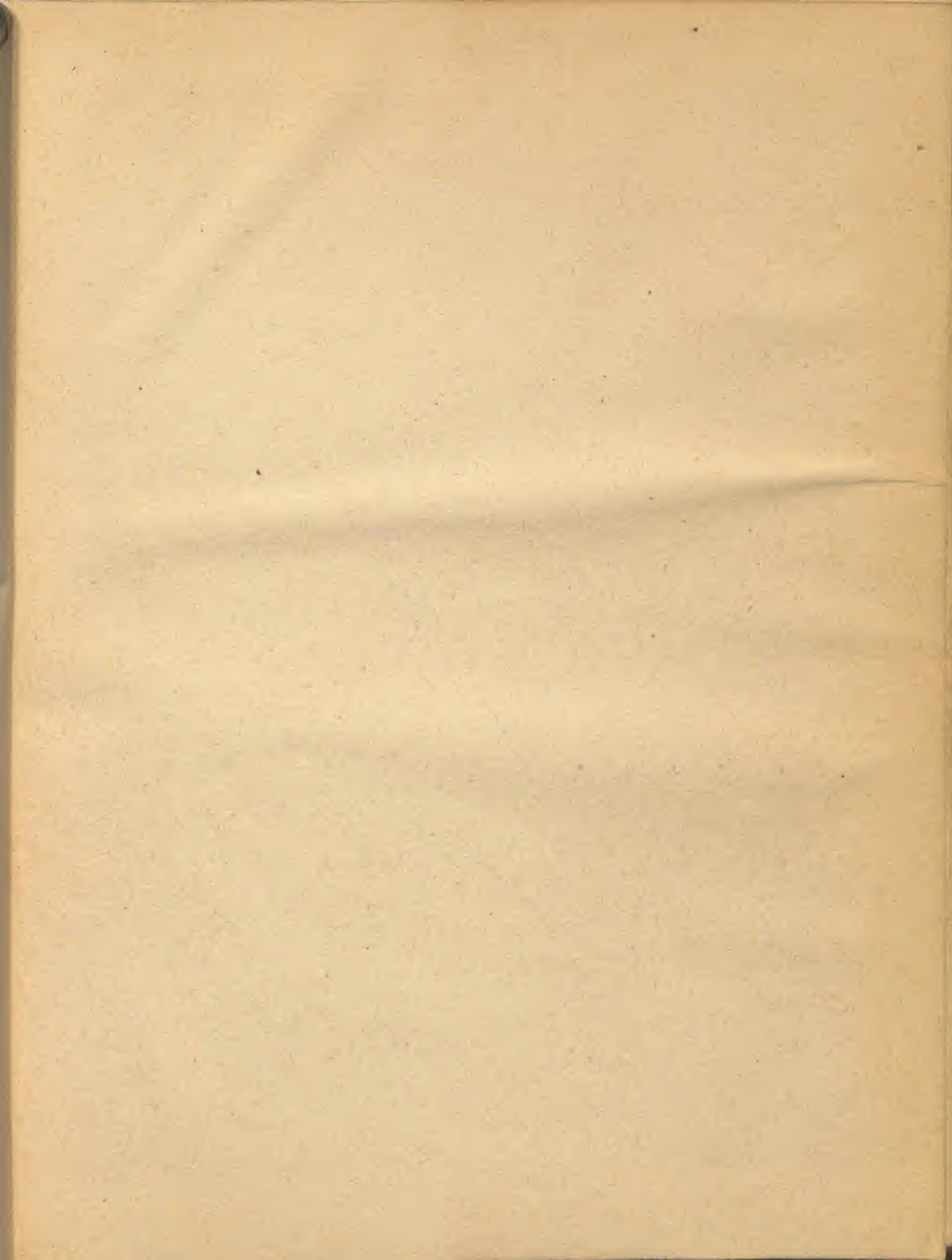


















Accession no. Hc, 22148  
Regimen sanitatis  
Author Salernitanum.  
Die Ordnung der  
Gesundheit. [about  
Call no. 1472]  
Incunabula  
+ R-46  
(Goff)



RE  
SA  
GE